

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DEL TRABAJO  
GRADO EN TRABAJO SOCIAL

Trabajo Fin de Grado

# TRABAJO SOCIAL Y DEPORTE

## Una propuesta de intervención para menores



Alumnos: Enrique Abecia Grasa y Javier Bueno Vicente  
Director: Prof. Luis Cantarero Abad

Zaragoza, Junio de 2012



**Universidad**  
Zaragoza



Facultad de  
Ciencias Sociales  
y del Trabajo  
**Universidad** Zaragoza

# ÍNDICE

<b>1. Introducción</b>	<b>3</b>
<b>2. Metodología</b>	<b>5</b>
2.1. Objeto del trabajo	5
2.2. Trabajo de campo	7
2.2.1. Fundación Real Zaragoza	7
2.2.2. Servicio de Protección a la Infancia y Tutela	10
2.2.3. Asociación Cultural Os Zagales d'Aragón	14
<b>3. Trabajo Social y Deporte</b>	<b>21</b>
<b>4. Proyecto de promoción y potenciación de habilidades socio-emocionales y valores sociales a través del deporte</b>	<b>25</b>
4.1. Introducción	25
4.1.1. Descripción de los destinatarios	27
4.1.2. Localización	27
4.1.3. Temporalización	28
4.1.4. Materiales y recursos	28
4.1.5. Evaluación	29
4.1.6. Equipo multidisciplinar	30
4.2. Habilidades socio-emocionales	32
4.2.1. Aplicación de la motivación en el deporte como medio para trabajar la autoestima y evitar la frustración	34
4.2.1.1. Trabajar la motivación y potenciar la autoestima y autoconfianza evitando la frustración	40
4.2.2. Aprendizaje en la gestión de impulsos y canalización de la agresividad	43
4.2.2.1. Actividades a desarrollar para la canalización de la agresividad y la gestión de impulsos	49
4.2.3. Aprendizaje y gestión de las derrotas y de la frustración	51
4.2.3.1. Actividades para fomentar el aprendizaje y gestión de las derrotas y de la frustración	56

4.2.4. Aumento de la atención y capacidad de concentración	56
4.2.4.1. Actividades para trabajar la atención y la capacidad de concentración	61
4.2.5. El deporte como instrumento de sociabilidad entre las personas	63
4.2.5.1. Actividades para trabajar la sociabilidad	66
<b>4.3. Valores sociales</b>	<b>67</b>
4.3.1. Respeto y tolerancia, igualdad y justicia	73
4.3.1.1. Actividades a desarrollar para inculcar el respeto y la tolerancia	79
4.3.2. Solidaridad, compañerismo y desarrollo de la conciencia colectiva	81
4.3.2.1. Actividades a desarrollar para fomentar la solidaridad y la conciencia colectiva	85
4.3.3. Adquisición de responsabilidades y compromisos dentro de un grupo y trabajo en equipo	86
4.3.3.1. Actividades para el fomento de la responsabilidad y el trabajo en equipo	89
4.3.4. Perseverancia y sacrificio como fuente de mejora, superación y autorrealización	91
4.3.4.1. Actividades para el fomento de los valores de sacrificio y perseverancia	93
<b>5. Conclusiones</b>	<b>96</b>
<b>6. Bibliografía</b>	<b>100</b>
<b>Anexos</b>	<b>106</b>

## 1. Introducción

Desde un primer momento hemos querido enfocar este Trabajo de Fin de Grado desde un plano innovador que dirigiese nuestros esfuerzos hacia el establecimiento de nexos y lazos de unión entre Trabajo Social y Deporte con la decidida meta de proponer la actividad deportiva como un instrumento para promover y potenciar habilidades socio-emocionales y valores sociales en menores.

Pese a que no existe una extensa bibliografía sobre la relación entre el Trabajo Social y el Deporte, sí es cierto que individualmente se ha escrito mucho sobre ambos. Por un lado, de todas las definiciones que aparecen en la bibliografía sobre el deporte, hemos decidido escoger aquella que aparece en el Artículo 2º de la Carta Europea del Deporte donde se determina que el deporte es “cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles” (Carta Europea del Deporte, 1992). Reafirmandose estas definiciones, desde instancias europeas, ocho años más tarde con el Tratado de Niza, 2000, en el que se alude a la función social, educativa y cultural del deporte, y de la importancia de tenerlas presentes con el objetivo de salvaguardar su importante papel social. Por otro lado, diremos que el Trabajo Social se define como aquella disciplina y profesión que promueve el cambio social, la resolución de problemas en las relaciones humanas y el fortalecimiento y la liberación del pueblo para incrementar el bienestar, mediante la utilización de teorías sobre comportamiento humano y los sistemas sociales (Federación Internacional de Trabajadores Sociales, 2000).

Bien es sabido que el deporte es uno de los fenómenos más populares de nuestro tiempo y con una gran influencia en nuestra sociedad actual. Hoy en día, existen diversas formas de concebirlo, pero nosotros especialmente queremos ahondar en una de ellas. Algunas personas identifican el deporte con un espectáculo de masas que mueve grandes cantidades de dinero, en el que la victoria es el mayor de los éxitos y la derrota se paga cara. Desde esta

primera perspectiva, el deporte es visto más bien como un negocio donde se pretende explotar al máximo el rendimiento económico del mismo (Quirantes, 2012). También, paralelamente, puede ser vivido desde otra realidad social que será aquella en la que nosotros vamos a centrarnos. Gutiérrez (2003, 27) realiza una clara distinción cuando alude por una parte a lo que denomina “deporte espectáculo”, que persigue la excelencia y el triunfo, y por otra, al deporte como medio de educación integral con objetivos como: “disfrute de la naturaleza, promoción de la salud, alivio del estrés, búsqueda de nuevas sensaciones y aventuras, disfrute y relación social, aspectos lúdicos y formativos”. El mismo Gutiérrez (2003, 27) no duda al afirmar que; “El deporte puede fomentar numerosas cualidades positivas, unas de tipo social (lealtad, cooperación, deportividad, convivencia, respeto, amistad, compañerismo, trabajo en equipo), y otras más personales (responsabilidad, perseverancia, disciplina, fuerza de voluntad, espíritu de sacrificio, habilidad, creatividad, salud, diversión, entre otras muchas) (...) Las prácticas de educación física pueden crear situaciones que faciliten el desarrollo paralelo del cuerpo, la mente, la autoestima, el sentido ético, numerosas relaciones interpersonales, autonomía y responsabilidad en una atmósfera de disfrute y confianza”.

Nosotros nos ubicamos en la última perspectiva no profesional del deporte, situándonos lejos de los grandes clubes de fútbol y multinacionales atléticas, donde cada fin de semana de forma anónima diferentes colectivos se reúnen para practicar deporte. Existen miles de asociaciones deportivas en España que gestionan estas prácticas, millones de niños y jóvenes que realizan semanalmente actividades físicas en su colegio, grupos de tercera edad que ocasional o regularmente se reúnen en un parque o discapacitados que con un envidiable afán de superación quieren también formar parte de los beneficios que aporta a las personas el deporte. Esta realidad paralela es la que vamos a trabajar, aquella que es anónima y que engloba al grueso de la población y donde consideramos que apenas existe documentación al respecto y queda mucho camino por recorrer. Es por tanto nuestro objetivo con este Trabajo el de dar a conocer los beneficios personales y sociales que se pueden desarrollar

a través del deporte a todos los sectores de la sociedad, aunque bien es cierto que existe consciencia en la sociedad, tanto niños como mayores, de la capacidad del deporte para desarrollar valores sociales como el respeto, la participación, la cooperación, las relaciones sociales, la competitividad, el trabajo en equipo, la responsabilidad, la convivencia, el compañerismo, la justicia, etc. Es en este punto donde el Trabajo Social tiene sentido y puede aprovecharlo como una herramienta más para alcanzar sus objetivos. El deporte es algo que todo el mundo practica en algún momento de su vida, pero que igual, al ligarlo exclusivamente con la salud y lo físico, y no sabiendo apreciar la dimensión relacional y social del mismo, mucha gente abandona. Teniendo en cuenta que todos los sectores de población se pueden beneficiar de la práctica deportiva, eso sí, nuestro proyecto se centra en menores.

## **2. Metodología**

### **2.1. Objeto del trabajo**

Habiendo alcanzado este punto queremos a continuación aclarar nuestras intenciones en este Trabajo. La razón del mismo es doble. Por un lado, la puesta en marcha en sí de un proyecto encaminado a menores y por otro el de la difusión de una rama novedosa y algo desconocida para la profesión del Trabajo Social.

El primer objetivo podríamos definirlo como la parte más práctica, ya que consiste en la aplicación de un proyecto para promover y potenciar ciertas habilidades emocionales y valores sociales a través del deporte. Como ya se ha comentado, tras haber podido apreciar las capacidades y beneficios que se pueden derivar del deporte en los menores, hemos decidido idear este proyecto en relación a todo lo anterior, desde dos ámbitos diferentes pero muy relacionados. Queremos que los menores desarrollen habilidades emocionales como el incremento de la autoestima y autoconfianza, la gestión de impulsos, la atención, etc., e inculcar en ellos una serie de valores sociales tales como el respeto y la tolerancia, la solidaridad, la responsabilidad, etc., muy

importantes a lo largo de toda la vida y que siempre son más fáciles de interiorizar en edades tempranas. A través de ambos ámbitos se pretende el enriquecimiento personal del menor con respecto a sí mismo y a los demás, que conlleve un comportamiento social adecuado mientras es joven, y durante el resto de su vida, e intentando evitar el desarrollo de conductas no deseables que lo puedan ir apartando de una vida personal y social satisfactoria.

No todos los autores que han escrito al respecto han apoyado fehacientemente la propuesta de ligar transmisión de valores y deporte, expresando que el deporte es una “experiencia humana” en sí, sin ningún fin o propósito, lo cual implica que los beneficios educativos que se puedan derivar de la práctica deportiva son del todo irrelevantes. Sin embargo nosotros no pretendemos argumentar que el deporte es la única o mejor forma de transmitir valores a los más jóvenes, sino que hemos podido apreciar tras nuestras experiencias que se puede aprovechar el mismo para ello. Parece obvio que existen muchos otros medios y sistemas para el desarrollo de valores, lo cual no quiere decir que las actividades físicas o deportivas en las cuales se pone en juego tanto el cuerpo como la mente, solíéndose desarrollar en medios sociales, no sean una buena herramienta para el desarrollo de la persona (Gutiérrez, 1995).

El segundo objetivo, definido entonces como algo más teórico, sería el de difundir entre los compañeros trabajadores sociales y estudiantes este anterior concepto. Que quede escrito, que el deporte es una vía por la que se puede optar a la hora de perseguir unos objetivos, como los que nosotros planteamos o ampliándolos, para tratar con el sector de población que se desee, aunque nosotros nos hayamos centrado en la infancia, como por ejemplo: discapacitados, mayores, mujeres, gente sin recursos, etc. Además se trata un campo este, el del deporte y el Trabajo Social, que se ha estudiado poco, y donde existe poca literatura al respecto por lo que nos gustaría de alguna manera poder contribuir. Respecto a esto hace alusión Gutiérrez (2003, 233) a una reflexión de Trepát (1995) en la que defendía que hasta la fecha no se ha llevado a cabo una verdadera intención de propiciar el aprendizaje de valores a través del deporte, asegurando que, “Faltan procesos organizados,

estructurados, planificados para comunicar y asimilar normas sociales”, lo que sería de alguna manera, lo que nosotros deseamos llevar a cabo con este Proyecto.

Somos conscientes de que resulta un terreno muy novedoso en nuestra profesión y que puede despertar cierto recelo y escepticismo, pero eso no hace sino que aun tengamos más ganas de demostrar que esta idea es buena, posible y fructífera.

## **2.2. Trabajo de campo**

En relación con todo lo anterior, el presente documento surge de la experiencia de dos estudiantes que tras haber alcanzado el último cuatrimestre del Grado en Trabajo Social y habiendo finalizado el periodo completo de la asignatura Prácticum de Intervención en la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo de la Universidad de Zaragoza en distintas entidades, consideran que es posible hacer Trabajo Social en un ámbito novedoso y promover ciertas habilidades y valores sociales desde el plano deportivo, pudiendo ayudar a los menores a evitar ciertas conductas no deseadas o cubrir ciertas necesidades propias del ciclo vital en el que se halla.

### **2.2.1. Fundación Real Zaragoza**

Por un lado, desde el Prácticum de Intervención de la Fundación Real Zaragoza se ha podido apreciar lo beneficioso y útil que puede ser el deporte, en este caso el fútbol de manera concreta, en el desarrollo personal y grupal de las personas, y de forma especial en los niños y jóvenes. Dicha Fundación se crea un 21 de febrero de 2007 como organización sin ánimo de lucro, y siendo el Real Zaragoza SAD su entidad fundadora. La Fundación Real Zaragoza es un proyecto social que, ensalzando los mejores valores que debe transmitir el fútbol, trasciende lo meramente deportivo y persigue objetivos éticos, educativos y sociales (Fundación Real Zaragoza, 2012). De aquí se pudo deducir entonces que no se trata tan sólo de una entidad preocupada por lo deportivo, si no que pretende ir más allá, y de alguna manera apoya lo que



nosotros pretendemos hacer con este Proyecto cuando habla de objetivos éticos, educativos y sociales.

Como en el caso del presente Proyecto, el colectivo prioritario al cual van encaminados los objetivos fundacionales son menores y jóvenes, desde los nueve hasta los dieciocho años. Los objetivos de esta Fundación, muy cercanos al Trabajo Social, se recogen en el artículo séptimo de sus estatutos:

- El fomento de la práctica del fútbol y del deporte en general, en sus distintas categorías y edades, particularmente entre los niños y los jóvenes. Y así mismo entre aquellos colectivos con especiales dificultades de integración para contribuir a paliar o evitar situaciones de marginación o discriminación.

- La promoción del deporte como instrumento educativo al servicio de la formación integral de la persona, así como el estímulo y la difusión de los valores humanos del deporte. También el acercamiento del deporte a la sociedad, realizando actividades de formación o difusión del mismo, especialmente en Aragón.

- Promover el estudio y la investigación en los diferentes campos asociados a la práctica del fútbol y del deporte en general, así como el desarrollo de cualesquiera aspectos vinculados al deporte.

- La mejora y fortalecimiento de la sociedad aragonesa a través de actuaciones deportivas, sociales, cívicas, educativas y culturales.

- Cualesquiera otros que coadyuven o complementen los fines de interés general que persigue la propia Fundación, por sí misma o en colaboración con otras entidades o instituciones que compartan esta filosofía.

Y entre las actividades que se contemplan también en sus estatutos podemos destacar: la participación en programas de fomento de los valores humanos en el deporte y de lucha contra la violencia, la colaboración en programas de voluntariado o la intervención en campos de integración social, entre otros. Atendiendo una vez más a los estatutos de la Fundación, ésta se estructura en tres áreas:

- Deportiva y de formación: encargándose de la creación de la Escuela de Fútbol del Real Zaragoza, orientación académica y profesional de los

deportistas de la cantera, organización de competiciones deportivas y campus de vacaciones, etc.

- Social campañas a favor de la solidaridad y la integración de colectivos con dificultades, defensa de valores éticos, especialmente en la juventud, y la lucha contra la violencia, el racismo y cualquier forma de discriminación, acciones solidarias de ayuda al tercer mundo y contra la pobreza, asistencia a hospitales, residencias de ancianos, centros de atención a discapacitados, etc. Entre algunos proyectos que se desarrollan desde esta área está enviar equipamiento deportivo a zonas empobrecidas de países como Senegal o Colombia o el apoyo a la campaña de recogida de tapones a favor de la niña Aitana para poder sufragar los costes del tratamiento de su enfermedad.

- De investigación y documentación: organizando y participando en congresos, charlas y debates relacionados con el deporte, convenios para realizar prácticas en carreras como INEF, Psicología, Fisioterapia o Trabajo Social. En la misma ciudad deportiva se realizan charlas, sobre todo orientadas a los padres con títulos como 'La importancia psicosocial y educativa de jugar al fútbol', o también destacar el I Congreso Internacional de Psicología aplicada al Fútbol, que se llevó a cabo en la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo el pasado mes de marzo, en cooperación entre ésta, y la Fundación.

Dicha Fundación se encuentra ubicada en el mismo emplazamiento que las oficinas del club del Real Zaragoza SAD, en la calle Eduardo Ibarra nº6.



Figura 1: Mapa de la ubicación de la Fundación Real Zaragoza.

El Real Zaragoza SAD promueve y favorece desde la misma institución, la inculcación de una serie de valores sociales, habilidades y conductas a todos los futbolistas y profesionales que forman parte de la misma, desde la Escuela de Fútbol para los más pequeños hasta la máxima categoría. Entre éstos, se pueden mencionar algunos como la humildad, concepto muy importante para un profesional del deporte que aspire a estar en lo más alto; el respeto a las personas, tanto a miembros de equipos rivales como a entrenadores o árbitros; la disciplina, a la hora de saber desarrollar unas normas y unas obligaciones; la formación, no olvidándose de lo complicado que es llegar a poder vivir del fútbol, y aún así la fugacidad de dicha carrera profesional; el trabajo en equipo, colaborando desde uno mismo y en conjunto para la consecución de logros grupales, la constancia y el sacrificio, trabajando día a día por lo que se desea, etc. Así como otros ejemplos, que si bien entendidos en el terreno deportivo, son perfectamente extrapolables a la vida cotidiana.

### **2.2.2. Servicio de Protección a la Infancia y Tutela del Gobierno de Aragón**

Por el otro lado, desde la experiencia en el Servicio de Protección a la Infancia y Tutela del Gobierno de Aragón, se detectan otra serie de necesidades que refuerzan y fomentan de algún modo lo anterior para dar forma a la definitiva idea sobre la que finalmente se va a trabajar.

Dicha Institución es de carácter público, y depende del Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS), que es un organismo autónomo dependiente del Departamento de Sanidad, Bienestar social y Familia del Gobierno de Aragón. Diremos que el IASS tiene presupuesto propio y manteniendo el principio de descentralización funcional inherente a su esencia, desarrolla las competencias de administración y gestión del conjunto de los servicios sociales del Gobierno de Aragón. Sus áreas de actuación son las siguientes: personas con discapacidad, mayores, reconocimiento de la dependencia, protección a la infancia y adolescencia, inclusión social y servicios sociales generales (IASS Aragón, 2012).

El Servicios Especializado de Menores de la Diputación General de Aragón se centrará por tanto en la quinta área de las que antes se nombraban. La institución tiene como objetivo garantizar a los menores y adolescentes que se encuentran en situación social desfavorable una atención individualizada que asegure sus necesidades básicas, la convivencia en un entorno familiar adecuado y una formación que les permita su autonomía y libertad personal, así como su integración social y laboral (IASS Aragón, 2012).

El Servicio Especializado de Menores<sup>1</sup> dirige la mayor parte de sus actuaciones en base al contenido de la Ley 12/2001, de 2 de Julio, de la infancia y la adolescencia en Aragón. Si atendemos a su artículo 2, establecemos que la población con la que se trabaja es la siguiente: “menores de dieciocho años que residan o se encuentren transitoriamente en Aragón, independientemente de su situación legal, salvo que los mismos hayan alcanzado la mayoría de edad en virtud de la legislación civil aplicable”.

Sin dejar esta ley aragonesa, es importante destacar que los menores antes citados suponen el ámbito de aplicación, pero que el Servicio Especializado de Menores intervendrá cuando se dé una serie de circunstancias donde el menor vea mermado el desarrollo y la promoción de sus derechos. En dicha ley, se expone la idea de un sistema escalonado de niveles de responsabilidad, apoyo y protección, donde los padres o tutores representan el primero, el entorno familiar el segundo y los sistemas públicos de salud, educación, acción social y justicia conforman el tercero. Si estos tres niveles no son suficientes para garantizar los derechos del menor por diversas problemáticas que se presenten, actuarían los servicios especializados de protección de menores bajo la vigilancia y garantía del sistema judicial.

Por tanto, esta subdirección trabaja y actúa en base al logro de unos objetivos que podemos encontrar en la legislación aragonesa. Si acudimos al artículo 1 de la ley 21/2001, de 2 de Julio, de la infancia y adolescencia en

---

<sup>1</sup> Información procedente de notas y apuntes recogidos durante charlas y conferencias, así como de orientaciones legislativas dadas por la trabajadora social y los diferentes profesionales del Servicio de Protección a la Infancia y Tutela durante la realización del Prácticum de Intervención.

Aragón, podemos establecer que uno de estos objetivos es asegurar la promoción y protección del ejercicio de los derechos reconocidos a los niños y adolescentes, así como establecer mecanismos de coordinación de las actuaciones de las instituciones públicas y privadas dirigidas a la atención y desarrollo integral de los mismos.

Sin desprendernos de la citada ley, unos cuantos artículos más adelante, en el 45, nos encontramos con la definición de la finalidad de protección de menores en el marco del sistema público de servicios sociales de Aragón. Tal y como se indica, el conjunto de sus actuaciones irá dirigido a prevenir, detectar y corregir situaciones de riesgo y desamparo, mediante la integración del menor en grupos naturales de convivencia, en condiciones básicas suficientes que posibiliten su participación en la vida familiar, económica, social y cultural, y su desarrollo integral como persona.

En el artículo 3 y 47 de la propia ley de infancia y adolescencia de 2001, se enuncian una serie de principios de actuación ante los que esta subdirección de protección a la infancia y tutela deberá responder. Dichos principios van encaminados a que los poderes públicos garanticen el respeto de los derechos de los menores y adecuen sus actuaciones a la presente ley, promoviendo medidas para sostener o recuperar la convivencia en el entorno familiar del menor, actuando de forma prioritaria a través de medidas de alternativa familiar, potenciando el desarrollo de programas educativos, de formación e inserción laboral de los menores, especialmente de aquellos que sean objeto de medidas de protección o judiciales, con el fin de facilitar su plena autonomía e integración social al llegar a su mayoría de edad.

Una vez ha sido presentado el Servicio Especializado de Menores, es momento de dar las claves que han fraguado desde esta área la idea que se trabaja en este Proyecto. Las primeras semanas en las que apenas tienes tiempo de conocer unos pocos departamentos y funciones de los trabajadores, el servicio brinda una percepción de cuadrícula y perfección donde todo está minuciosamente estudiado y detallado. Con el paso de las semanas, uno empieza a comprobar cómo la realidad es otra y como la agitada carga de trabajo diaria en la entidad dificulta la especialización de los casos, el trato

La entidad se encuentra en la Calle Mariano Supervía número 27 de la ciudad de Zaragoza. A continuación detallamos la ubicación exacta.



Figura 2: Mapa de la ubicación del Servicios Especializado de Menores.



Apoyándonos en ambas experiencias, con menores en los dos casos y con el deporte en una de ellas, nos ha parecido útil e interesante la realización de este proyecto que pretende ciertos beneficios tanto personales como sociales para este sector de población

### **2.2.3. Asociación Os Zagales**

Para conseguir todas estas pretensiones, nos vamos a situar desde la perspectiva de una asociación que conocemos muy de cerca. Antes de ahondar en los detalles particulares de la entidad, consideramos conveniente dejar unas sencillas pinceladas acerca de lo que supone una fundación como la del Real Zaragoza y su diferencia con una asociación. Por un lado, el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2012) define a las fundaciones como organizaciones dotadas de personalidad jurídica privada constituidas sin fin de lucro que por voluntad de sus fundadores tienen afectado de modo duradero su patrimonio a la realización de fines de interés general. Esto es, diremos que éstas necesitan siempre un patrimonio, deben perseguir fines de interés general, no estarán nunca formadas por socios y tienen la firme obligación de carecer de ánimo de lucro. Por el otro lado y tomando como referencia la definición de Fundación Gestión y Participación Social (2012) diremos que una asociación es una agrupación de personas constituidas para realizar una actividad colectiva de una forma estable, organizadas democráticamente, sin ánimo de lucro e independientes, al menos formalmente, del Estado, los partidos políticos y las empresas. Así pues, sintetizando, las características fundamentales serían las siguientes: grupo de personas con objetivos y actividades comunes, que funcionan democráticamente, independientes y sin ánimo de lucro.

La diferencia entre ambas es clara, pero a su vez existe un nexo que las une: tanto las fundaciones como las asociaciones deben carecer de ánimo de lucro. Respecto a la asociación con la que vamos a trabajar, conviene aclarar que el hecho de que no deban existir fines lucrativos no significa estrictamente que no se puedan repartir los beneficios o excedentes económicos anuales

entre los socios, de modo que sí se podrán tener estos excedentes y es perfectamente válido tener contratados laborales y realizar actividades económicas pero siempre lógicamente reinvertiendo esos excedentes económicos en el cumplimiento de los fines para los cuales fue creada la entidad (Fundación Gestión y Participación Social, 2012). Todas estas características pueden ser consultadas en la Ley Orgánica 1/2002, de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación.

En este contexto se encuentra el marco y la base desde donde daremos impulso a este Trabajo, que consiste en el desarrollo de un proyecto realizado desde la Asociación Cultural Os Zagales, que se dedica, entre otras cosas, a la gestión de actividades deportivas en colegios y clubes deportivos del territorio de Aragón siempre en aras de obtener una mejor calidad en todos sus servicios, valorando y respetando al ser humano, independientemente de su raza, origen o religión (Os Zagales, 2012). Con anterioridad y posterioridad a la entrada en vigor de la Constitución de 1978, se han ido regulando diferentes tipos de asociaciones, como es el caso de las Asociaciones Juveniles, Asociaciones Deportivas, Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos, Asociaciones de Estudiantes o incluso Asociaciones Universitarias. Cabe añadir, a efectos de evitar confusiones, que cuando coloquialmente se habla de asociaciones culturales, nos estaremos refiriendo a aquellas asociaciones que no pertenecen a ninguna tipología en particular y que, por tanto, están reguladas por todas las normas generales de las asociaciones (Fundación Gestión y Participación Social, 2012).

Para encontrar el origen de Os Zagales, debemos remontarnos al año 2007. Cinco jóvenes de la ciudad de Zaragoza deciden, como consecuencia de un proceso previo de malas experiencias respecto a su paso por otras entidades que dejaban relegada a un segundo plano la calidad de los servicios, que es momento de apartar a un lado la situación del beneficio económico como máximo exponente y emprender una nueva vía que pudiese plantear a la vez una alternativa de futuro para ellos. Tras cumplimentar las actas y solicitudes requeridas, haber pagado las tasas estimadas, entregado la documentación y elaborado las reglas fundamentales del funcionamiento de la



asociación, esto es, los estatutos, se crea la asociación en un primer momento sin sede física.

Un año más tarde, y fruto del buen trabajo elaborado la entidad, Os Zagales de Aragón es capaz de alquilar un pequeño local de unos 70 metros cuadrados en el Barrio de Torrero de Zaragoza. Ya en 2009, la asociación se convierte además en Escuela Formativa de Tiempo Libre con homologación de la Diputación General de Aragón por lo que empieza a impartir Cursos de Monitor y Director de Tiempo Libre y también otros como el Curso de Manipulación de Alimentos, algo que generará ciertos excedentes económicos que permitan a la asociación continuar creciendo. Dos años después, en 2011, la entidad estrena una nueva sede: un local de 300 metros cuadrados, donde además de la gestión deportiva y los cursos de formación, se dedican también al desarrollo de campamentos de verano, colonias urbanas, gestión de espacios, coordinación de equipos de trabajo, charlas, talleres y un amplio etcétera.

A día de hoy, Os Zagales cuenta con una plantilla de trabajadores que varía a lo largo del año debido a las actividades que desempeña. Durante el curso lectivo, la asociación dispone de alrededor de 50 trabajadores que principalmente ejercen de monitores de extraescolares, tales como fútbol o baloncesto, en diferentes colegios públicos de Aragón. En el periodo estival las cosas cambian y se alcanzan los 90 o incluso los 100 trabajadores que se dispersan por el territorio aragonés a través de esas colonias urbanas, campamentos de verano y campus deportivos que antes nombrábamos. Además de estos trabajadores, la entidad tiene el privilegio de disfrutar periódicamente de convenios con otras asociaciones o escuelas de formación a través de los cuales, monitores o directores de tiempo libre culminan sus periodos de prácticas en la asociación.

Todos los trabajadores están titulados en diferentes ramas del deporte, la sociedad y el ocio y tiempo libre, y disponen de una amplia experiencia en la educación no formal. Pese a ello, actualmente la entidad no cuenta con un trabajador social que realice específicamente estas funciones, aunque sí es verdad que la directora de Servicios Educativos de la entidad cuenta con la

Como ya hemos dicho, Os Zagales recientemente ha modificado su habitual ubicación en el Barrio Torrero de Zaragoza, y en la actualidad se sitúa en una de las más transitadas calles del Barrio Actur-Rey Fernando de la misma localidad; exactamente en la Calle José Luis Borau nº 9 perteneciente al código postal 50018.

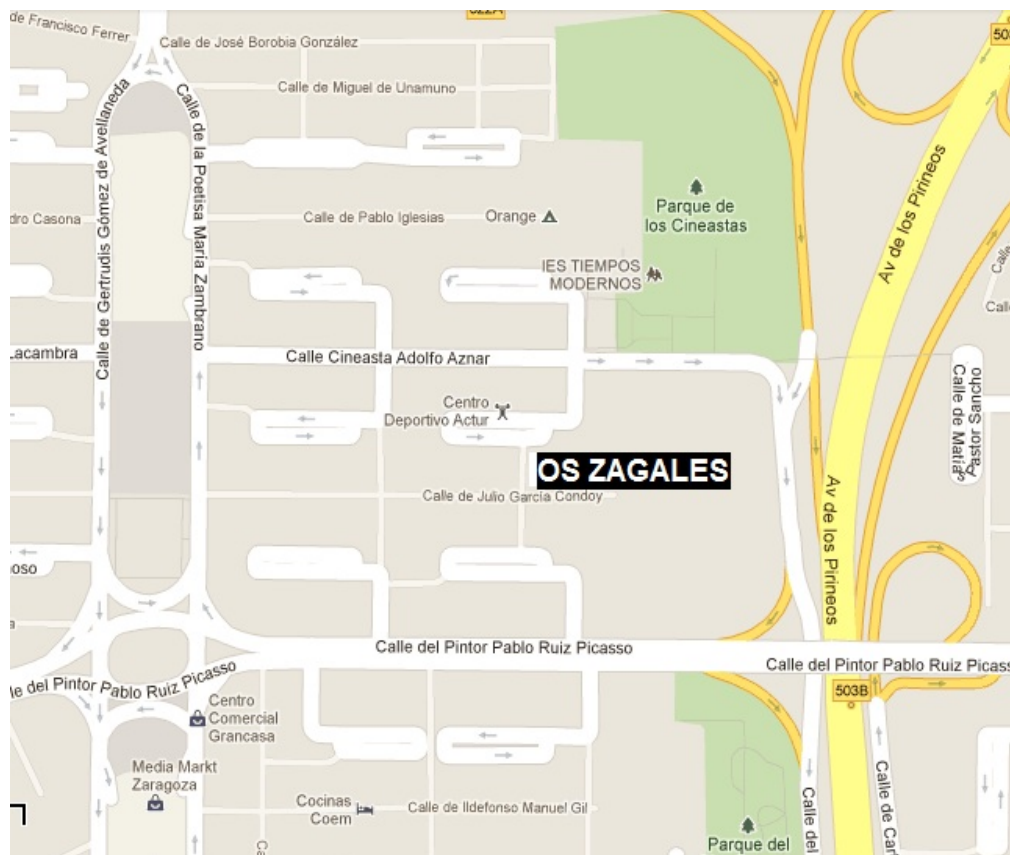


Figura 3: Mapa de la ubicación de la Asociación Os Zagales

Previo a la profundización de todos aquellos beneficios que los deportes puedan aportar a la mejora de las habilidades emocionales de los jugadores,

en este caso niños, queremos plantear un pequeño código de responsabilidades que han de ser llevadas a cabo por la entidad gestora de Os Zagales. Con esto, buscamos por tanto el diseño de un proyecto que avance en dirección a una mirada compartida y desarrollada a nivel local, en el cual se abarquen todas las acciones que plantea este pequeño código que a continuación detallaremos.

Hay que decir que el objetivo principal de esta herramienta es promover y proteger la seguridad de los niños en términos de un adecuado comportamiento por parte de todos aquellos profesionales que van a formar parte del Proyecto. Es decir, simplemente con ello queremos ofrecer un compromiso de trabajo y contribuir al diseño de un enfoque más amplio y comprehensivo sobre la materia.

Para redactar este conjunto de responsabilidades nos hemos basado fundamentalmente en dos cosas; por un lado, en las directrices que se proporcionan desde el portal electrónico de Streetfootballworld<sup>2</sup> en el que aparece un pequeño recurso desarrollado por CEOP, esto es, el Centro Contra la Explotación Infantil y la Protección Online, y por el otro, destacar que también se han utilizado otras normas internacionales sobre los derechos del niño.

Antes de entrar en detalle, hay que decir que somos perfectamente conscientes de que con ello no estamos diciendo algo extremadamente innovador o estamos sugiriendo unos puntos que jamás hayan sido escritos o valorados, sino que simplemente vamos a recoger estas recomendaciones que suponemos que son importantes para emprender el nuevo proyecto social que estamos creando. Consideraremos en primer lugar la importancia de una

---

<sup>2</sup> Streetfootballworld es una red mundial que apoya a distintas asociaciones que utilizan el fútbol como herramienta para procurar sobre todo en los más jóvenes, paliar situaciones de pobreza, discriminación o difícil acceso a la educación. Reúne a más de 80 organizaciones en más de 50 países. Sólo en 2010 más de 600.000 jóvenes se involucraron en proyectos de dicha organización. Streetfootballworld trabaja a través de programas de desarrollo de capacidades, facilitando el acceso a la financiación, el intercambio de conocimientos y la creación de nuevas asociaciones en aras siempre de mejores oportunidades para los jóvenes que más lo necesitan (<http://www.streetfootballworld.org/>)

presentación por escrito en la entidad de Os Zagaes de una normativa de protección infantil, esto es, la creación de una serie de normas que deben estar escritas de forma clara. Con esto se pretende conseguir que por encima de cualquier otra circunstancia y objetivo, esté claro el hecho de que la protección de los menores con los que trabajamos es lo más importante, lejos de cualquier otra meta de índole deportiva. Entre estas directrices de comportamiento que más tarde estimamos que la asociación tiene que facilitar al resto de la plantilla de trabajadores, caben destacar fundamentos tan básicos como la escucha y el respeto hacia los niños, así como formas de lidiar con el mal comportamiento por parte de éstos.

Ligado a ello hablaremos también de la importancia de tener previamente pautado un protocolo desde la asociación sobre qué hacer en situaciones concernientes a la protección infantil. Debe haber una serie de procesos claros sobre cómo proceder en situaciones ligadas a la seguridad o el bienestar de los menores con los que estamos trabajando y para ello, todos los trabajadores de Os Zagaes que estén incluidos en el Proyecto deben conocer y entender dichos procesos.

Además de esto, también estimamos como muy importante la seguridad de los niños a la hora pensar en este Proyecto. Somos conscientes de que será imposible evitar un rasguño, una caída o algún pequeño golpe, pero la asociación debe velar porque todo ello se simplifique al máximo. Todo aquel que forme parte del Proyecto debe saber dónde acudir a pedir ayuda y los pasos a seguir en caso de que se produzca algún incidente.

Hablando de la importancia de la multiculturalidad y lo enriquecedora que es, consideramos oportuno incluir también algunos matices en relación al respeto de las distintas culturas siempre y cuando, obviamente, no existan prácticas perjudiciales para los niños. Con esto también queremos asegurar que desde la entidad que gestiona el Proyecto se defiendan los derechos de todos los niños y niñas protegiéndoles de cualquier tipo de maltrato haciendo referencia a la claridad en la política de que todos los menores independientemente de la edad, raza, sexo, religión, discapacidad, etc., tendrán los mismos derechos de protección. Bajo ningún concepto, aquellas

personas que están en contacto con los menores deben de castigar a ninguno de ellos mediante burlas o bromas, ni tampoco por supuesto dejarlo en evidencia delante de los demás puesto que las consecuencias podrían resultar fatales y estaríamos deshaciendo el camino recorrido. Con ello, debe quedar claro que la discriminación en este Proyecto, sea del tipo que sea, es inaceptable.

Por tanto, estas serán las pequeñas responsabilidades que suponemos que en un principio deben pertenecer a la entidad de Os Zagaes. Pese a ello, existen otros compromisos que se han de cumplir y que forman parte de los propios trabajadores y su modo de ejecutar su trabajo. Diremos que desde el trabajador social, pasando por la secretaria y llegando hasta el entrenador deportivo que está en el campo con los menores se debe de ser consciente de la importancia del trabajo que realizas y por ello, aceptar una serie de pequeñas cuestiones que garanticen el cumplimiento de objetivos. Valoramos que no es necesario eternizar una lista de conductas éticas y no éticas a llevar a cabo por los profesionales, por lo que simplemente vamos a entrar a valorar el aspecto del respeto. Diremos por tanto que el comportamiento de todas aquellas personas que pertenecen al Proyecto debe estar marcado por el este aspecto hacia las diferentes dimensiones que a uno le rodean desde el primer momento, esto es, desde el respeto a los niños, como a uno mismo, pasando por el cuidado a los materiales utilizados en las actividades, hasta el respeto a la naturaleza. Aquellas personas que están en contacto directo y personal con los menores han de hacer aún más gala de esta cualidad, puesto que son ellos las figuras de referencia en las que los niños se fijarán.

Valoramos por otra parte que los menores que forman parte del Proyecto deben de comprometerse también a otra serie de cuestiones que faciliten el logro de los objetivos del Proyecto. Todos aquellos menores deben de ser conscientes de que, ante todo, cuando se practica deporte la seguridad de uno mismo y de sus compañeros es fundamental. Por ello, se deben aceptar las reglas y normas, bien del juego o aquellas impuestas por la persona que dirige la actividad deportiva, se deben aceptar todas aquellas medidas de seguridad y sobre todo se debe competir sanamente valorando peligros y posibles riesgos

sin tratar de intentar dañar a ningún otro menor. Para conseguir esto, es fundamental que el menor se respete en primer lugar a sí mismo y después que sea capaz de ofrecer hacia el resto de compañeros, rivales o no en el juego, su cara más amable, manteniendo la calma en los desacuerdos derivados de las actividades o competiciones y siendo sobre todo un compañero de equipo que permita al resto trabajar y cooperar hacia el objetivo común.

Una vez plasmado esto, es momento de ahondar y profundizar en la relación existente entre el Trabajo Social y la herramienta tan útil que para esta profesión puede suponer la práctica deportiva en el ejercicio de la misma en numerosos aspectos, además de la perspectiva de trabajador social que consideramos oportuna para el desarrollo de proyectos como el que nosotros proponemos.

### **3. Trabajo Social y Deporte**

Considerando que el deporte puede resultar una herramienta muy útil desde la profesión del Trabajo Social, y desde la que se puede atender a muy variados sectores de población, también es necesario constatar que la noción de dicha disciplina para este Proyecto, desde la que nosotros entendemos el trabajo profesional, puede no resultar la más "típica" en cuanto a su ejecución.

Dejando a un lado la difícil concreción de las labores asociadas a un trabajador social, no serán en este supuesto las de 'trabajador social de despacho u oficina'. En nuestro pensamiento no cabe pues, para llevar a cabo proyectos de este tipo el trabajador que está durante una jornada laboral en un despacho firmando papeles, haciendo llamadas o entrevistando a gente.

Sí que encontramos más afinidad con un perfil en aquel profesional más "de calle", aquel que sea capaz de cruzarse la ciudad hasta tres veces en una sola mañana o que de verdad crea en lo que hace, en lo que está persiguiendo. Consideramos que para ejecutar las funciones del Trabajo Social usando el deporte como herramienta de mejora del individuo, es imprescindible que exista una individualización de los casos, que haya proximidad entre el

profesional y el usuario y que en todo momento, el primero sea directo, claro con el segundo y no tenga en mente otra cosa que el trabajo para lograr un progreso en cualquier ámbito de la persona, esto es, que luche todo lo posible hasta que sea capaz de llevar a cabo sus pretensiones. Para eso, desde esta perspectiva es obligado que el trabajador social tenga ideas, ilusiones y proyectos, que crea en su propio trabajo y confíe en su instrumento que no es otro que el deporte.

Actualmente, puede decirse que el desarrollo de valores a través del deporte está empezando a convertirse en una alternativa importante en el área de la cooperación para el desarrollo y del Trabajo Social. Pese a que ya haya quedado claro en apartados anteriores que no nos centraremos en la faceta del deporte como espectáculo mediático o negocio, es inevitable atender a ciertos aspectos de este fenómeno que estimulan positivamente el cambio social.

Los deportes de equipo tales como fútbol o baloncesto, aunque este último en menor medida, son un fenómeno mayor y como tal, tienen además ciertas responsabilidades hacia la sociedad en general. Por sus valores, su popularidad, su carácter universal y el interés que son capaces de despertar a nivel mundial, los deportes de equipo, bajo sus diferentes formas, son el instrumento ideal para alcanzar objetivos de desarrollo humano y social, y encarar muchos de los principales desafíos de la sociedad actual (Streetfootballworld, 2010). Ciertamente, estos deportes de equipo son muy positivos para quienes lo practican, tanto en el plano de la salud y la actividad física, como en el desarrollo personal donde se promueven esas habilidades emocionales y valores sociales de los que luego hablaremos. Por esto, diremos que es una herramienta eficaz en los diferentes programas comunitarios existentes para el desarrollo social donde se pueden tratar problemáticas muy variadas.

La fascinación universal que producen deportes como el fútbol debido a sus reglas simples pero excitantes, el bajo costo del material necesario y las características de la constitución de un equipo, lo hacen favorito para que elijamos el deporte como instrumento fundamental de un trabajador social para proyectos como el presente.



Es fundamental, que las funciones del trabajador social se centren en cuestiones muy simples tales como la exigencia de un juego limpio, de una mentalidad de equipo, de tolerancia, de inclusión y de comprensión, tanto hacia uno mismo como hacia los demás, sin distinción entre contrincantes y compañeros de equipo. Además, este profesional que consideramos “de calle”, debe esforzarse en conseguir que esos niños con los que trabaja aprendan a ganar y a perder, a asumir responsabilidades en el equipo, a participar activamente en la constitución de una comunidad y siempre valorando la situación individual de cada uno con el fin de acomodar los objetivos propuestos. Creemos en el deporte como herramienta y consideramos además que todo lo aprendido en los entrenamientos y partidos, es perfectamente aplicable en la vida que se tiene fuera del campo de juego.

A nivel global existen muchas organizaciones que durante la última década han hecho del Desarrollo a través del deporte una sólida rama del área de la Cooperación para el Desarrollo y del Trabajo Social, como la mencionada anteriormente, Streetfootballworld. Por su parte, el Año Internacional del Deporte y la Educación Física de las Naciones Unidas de 2005 y la Copa Mundial de la FIFA 2006 en Alemania fueron impulsos importantes en este sentido, como también lo fue la Copa Mundial de la FIFA 2010, que tuvo lugar por primera vez en África, y que estrechó aún más la relación entre fútbol y desarrollo social, ofreciendo una oportunidad excepcional de demostrar todo el potencial del deporte como instrumento de integración.

Cabe mencionar aquí un Programa Intensivo que se llevó a cabo el año pasado del cual formó parte la Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo, y también uno de nosotros. En él, se juntaron en Nuremberg (Alemania) estudiantes de Trabajo Social de Alemania, España, Bélgica, Hungría, República Checa, Dinamarca y Austria. El mismo trataba del ascenso de los partidos de extrema derecha y el racismo y su relación con el Trabajo Social. Lo que para nuestro Trabajo es interesante es que en el mismo, se realizaron grupos de trabajo y uno de ellos se centró en el racismo en el deporte, concretamente se trabajó a través del F.C. Nürnberg, en el cual hay un trabajador social (véase anexo 1).



Por otro lado, a nivel local cabe decir que también se llevan a cabo proyectos deportivos con fines sociales en Zaragoza, como puede ser el Mundialito de integración Ciudad de Zaragoza, promovido por la Asociación Cultural y Deportiva de Inmigrantes de Aragón (ACDIA) o el Mundialito Antirracista de Zaragoza – en cuya última edición celebrada en el Centro Deportivo Municipal La Granja participaron más de 500 participantes de los cinco continentes en competiciones de fútbol, baloncesto, ping pong y balonmano (véase anexo 2) - pero bien es verdad, que la mayoría de ellos nacen y se desarrollan desde la gente de la calle, lo cual es bueno porque indica una muy positiva iniciativa ciudadana, sin embargo, también nos podemos lamentar de que dichos proyectos no surjan de las ideas de profesionales como trabajadores sociales, que pudieran explotar de manera más enriquecedora todo lo que el deporte puede proporcionar en cuanto a desarrollo personal y social.

Es por esto pues, que con este Trabajo intentamos hacer un llamamiento o proporcionar un punto de motivación para que ya no sólo trabajadores sociales, sino que cualquier profesional relacionado con lo social, se implique con los deportes de grupo como útil mecanismo para múltiples facetas que se pretenden mejorar en el día a día de las personas desde cualquiera de dichas profesiones.

## **4. Proyecto de promoción y potenciación de habilidades socio-emocionales y valores sociales a través del deporte de grupo**

### **4.1. Introducción**

Como hemos mencionado, la realización del Trabajo surge gracias al hecho de que desde nuestros respectivos Prácticum de Intervención hemos podido apreciar la posibilidad de satisfacer una serie de necesidades emocionales y sociales a menores de edad desde la práctica deportiva. Desde la Fundación Real Zaragoza se pudo observar que varias categorías del club, conscientes de los beneficios que a través del deporte se pueden conseguir, no sólo en el terreno físico, llevaban a cabo actividades y ejercicios que propiciaban el desarrollo de los mismos. Sin embargo, también es verdad que no todos los equipos explotaban estas posibilidades de aprendizaje social que sustenta el deporte, centrándose de forma más directa en el aprendizaje físico y deportivo. Esto puede ser atribuido al desconocimiento que existe de las capacidades mencionadas que tiene el deporte, o que los profesionales busquen de forma más vehemente, que aunque también muy importante, el rendimiento deportivo. Pero confiando en las mejores intenciones de las personas, consideramos la primera, la del desconocimiento, la mayor razón para el no desarrollo de los beneficios de los que tratamos, a través del mundo del deporte. Que del deporte se pueden extraer muchos beneficios no sólo físicos, sino también psicológicos y sociales, es algo que pocas personas se atreverán a negar, mas; "lo que importan no es tanto el potencial de la educación física y el deporte, sino que lo realmente importante es la intención que se ponga en su enseñanza y aprendizaje, lo cual aportará o no una serie de valores positivos a los alumnos y deportistas" (Gutiérrez 2003, 230), es decir, la intención de los responsables deportivos de querer expresar o no estas virtudes de la actividad deportiva.

Bien es cierto que existe un gran vacío académico en este sentido. Los textos divulgativos al respecto, y de forma especial en castellano, son bastante

escasos, si bien es cierto, que en las dos últimas décadas algo se está estudiando y publicando al respecto. Esto puede ser debido a la necesidad de conocer cuál puede ser el papel del deporte en la educación de los jóvenes, impulsada por tres aspectos: la utilidad del mismo como transmisor y promotor de valores éticos y personales, la manifestación de una serie de conductas en la práctica deportiva no del todo deseables y la creciente aparición de la violencia en los terrenos de juego (Gutiérrez, 1995).

Es ésta una muy buena razón para el desarrollo del presente Trabajo: hacer ver el potencial que tiene, sobre todo en los niños, el desarrollo de unos valores y unas habilidades a través de algo, que por su extensa variedad, unos de una manera y otros de otra, se disfruta en algún momento. Llevar a cabo un texto, de alguna manera, académico y divulgativo, que desarrolle esta idea.

En relación con lo anterior, se pretende también con este Trabajo el acercamiento del conocimiento de las capacidades positivas del deporte, a parte de a las personas que en este mundo conviven - deportistas, entrenadores, preparadores físicos, etc.- a los profesionales del Trabajo Social. Desde el Prácticum de Intervención realizado en la Fundación Real Zaragoza se ha podido apreciar que la figura de un Trabajador Social en dicha Institución podría ser justificada, sobre todo por el sector de población que es el que en su mayoría la forma: menores. Es pues, una buena oportunidad para que tanto estudiantes, como profesionales de esta profesión puedan darse cuenta de que deporte y el Trabajo Social, pueden estar mucho más unidos de lo que puedan imaginar.

Previo a ahondar en lo que es el Proyecto en sí, consideramos importante aclarar que aunque a lo largo de todo el Trabajo hemos incidido en la idea del uso del deporte como herramienta de desarrollo humano, aquí queremos hacer un inciso y aclarar que nos vamos a centrar a partir de ahora en los deportes de grupo o de equipo. Si bien es cierto que cualquier tipo de deporte puede resultar favorable para desarrollar en el individuo una serie de aptitudes psíquicas y morales, nos hemos querido especializar en el desarrollo de éstas en un entorno deportivo grupal. Podemos cuestionarnos en relación con esto, hasta qué punto cualquier deporte, aunque sea de competición individual, no

se lleva a cabo en un ámbito de colectividad, ¿No entrenan los atletas deportivos en equipos? ¿O los tenistas con otros compañeros? Sin embargo a lo que nos referimos con que nos centraremos en actividad deportiva en grupo, es a que las actividades y ejercicios que planteemos irán destinados a ser realizados por varias personas conjuntamente.

Mencionado pues todo lo anterior, hemos considerado dividir este proyecto en el desarrollo por un lado de unas habilidades socio-emocionales y por el otro el de una serie de valores sociales que procedemos a reflejar a continuación.

#### **4.1.1. Descripción de los destinatarios**

Todas las actividades que están propuestas en este Proyecto tienen al sector de menores y juventud como población destinataria. Es decir, todo lo que en este proyecto se propone como herramienta de los trabajadores sociales para cumplir los propios objetivos profesionales tiene aplicabilidad en cualquier sector de la infancia y la juventud. Pese a esto, no debemos olvidar que la persona encargada de ejecutar las actividades junto con el grupo ha de adoptar las reglas y normas de los mismos en función del rango de edad con el que esté trabajando.

#### **4.1.2. Localización**

Pese a que planteamos nuestro Proyecto desde el impulso y la gestión de la empresa de Os Zagales d'Aragon, quien opera únicamente en territorio aragonés, nosotros queremos destacar e insistir otra vez acerca de la aplicabilidad enorme que tiene este proyecto y de los múltiples campos a los que se puede adaptar.

Este proyecto puede ser ejecutado tanto en un colegio, como en un centro deportivo, en una asociación de vecinos, un club de tiempo libre o incluso, puliendo algunos matices podría tener cavidad en centros de menores o en alguno de los centros de educación e internamiento por medida judicial que existen. Respecto al territorio, tampoco queremos quedarnos con una zona geográfica en particular puesto que el trabajador social tiene que saber jugar

con sus herramientas y adaptar este Proyecto a la realidad de su lugar, de modo que es perfectamente aplicable tanto a países desarrollados como el nuestro como a países en vías de desarrollo, puesto que hemos tratado de evitar en todo momento hacer uso de materiales difíciles de encontrar o plantear las actividades en lugares específicos.

#### **4.1.3. Temporalización**

Independientemente del momento en que este Proyecto sea aplicado, estimamos que la validez del mismo no debe ser superior a dos años puesto que una vez cumplido este plazo, se debe someter a evaluación, ver las posibles carencias del mismo, los fallos en la aplicación y los posibles errores que se hayan generado en la organización y así, de este modo, poder corregirlo de cara al próximo periodo.

#### **4.1.4. Materiales y recursos**

Insistiendo en la enorme aplicabilidad del proyecto, no hemos considerado necesario hacer uso de costosos materiales ni potentes aparatos electrónicos. Simplemente hemos querido plasmar la sencillez en un proyecto que puede actuar por sí mismo como una útil herramienta para los objetivos profesionales de cualquier trabajador social.

Por ello, para llevar a cabo este Proyecto será necesario contar con materiales sencillos y de fácil acceso tales como pelotas, palos, cucharas o vasos, y únicamente se podría encontrar un pequeño inconveniente a la hora de hablar de la necesidad de disponer de un reproductor multimedia para el visionado de esas películas que suponemos tan importantes para la parte de los valores y el sacrificio. Aún así, la originalidad del responsable de la actividad ha de estar al servicio del Proyecto de modo que si no pudiese encontrar o acceder a uno de estos materiales, podría ser suplantado por cualquier otro puesto que todas las actividades y juegos son realmente sencillos.

#### 4.1.5. Evaluación

Llegados al importante punto de la evaluación, queremos destacar que ésta va a ir dirigida principalmente hacia dos vertientes fundamentales: por un lado, hablamos de la evaluación que medirá el grado de satisfacción del usuario y el buen desarrollo de las actividades, y por el otro, haremos mención a la evaluación del conjunto del Proyecto, donde incluiremos la buena aplicación y la correcta ejecución de las funciones de cada uno de los miembros del equipo multidisciplinar.

En primer lugar, hay que destacar que resulta muy complicado realizar evaluaciones con menores de edad ya que todavía no han alcanzado ese punto de madurez que les permite hacer una correcta síntesis de lo que han estado haciendo y por ello, consideramos que la mejor manera de evaluar una actividad pasa en primer lugar por la observación directa de la persona que lo lleva a cabo o de alguna otra que desde fuera presencie la actividad. Pensamos que durante el proceso y desarrollo de los ejercicios se van a percibir distintas actitudes y acciones de los destinatarios que por sí mismos nos van a permitir saber si se lo han pasado bien, han aprendido o si por el contrario les ha resultado algo pesado, monótono y repetitivo, y el monitor o entrenador que. El trabajador social con su experiencia y formación en el área de lo social y que debe de tener adquiridas ciertas habilidades evaluativas, sería desde nuestro punto de vista una persona muy optima y válida para llevar a cabo esta observación directa a modo de evaluación. Una vez esto, esas observaciones han de tipificarse y plasmarse en un informe con el fin de ir dejando constancia del desarrollo y los avances de las actividades a lo largo del tiempo.

En cuanto al trabajo realizado por los miembros del grupo multidisciplinar, y que tan importante será para nuestra evaluación, diremos que antes de nada nos tenemos que hacer dos preguntas. Por un lado, ¿se han alcanzado los objetivos específicos propuestos?, y por otro ¿se han dado pasos para la consecución de otros más generales?

Estas preguntas, dirigidas a todos los miembros de nuestro equipo, han de perseguir la respuesta afirmativa lo que nos dará garantías de un trabajo bien hecho por todos. Si todos han comprendido sus funciones, han sabido

ejecutarlas y han sido capaces de gestionar su tiempo de trabajo en aras de alcanzar esos objetivos, sabremos que el resultado ha sido óptimo y positivo. Si en cambio existen desviaciones y fallos, el equipo multidisciplinar, en el momento en que se reúna para comentar todos estos aspectos debe tanto identificar los errores, como proponer soluciones y alternativas de futuro. Solo así, conseguiremos un buen Proyecto de garantías que satisfaga tanto necesidades del usuario como objetivos profesionales del equipo multidisciplinar.

Nos parece también que podría llevar a equívoco y ser algo injusto, el hecho de destacar una buena ejecución del Proyecto y únicamente destacar el papel del equipo, ya que no debemos olvidar que los verdaderos protagonistas de las actividades serán los niños y jóvenes que con su interés, su buena disposición, atención y actitud receptiva harán que el Proyecto sea posible.

#### **4.1.6. Equipo multidisciplinar**

Nos parece necesario resaltar la importancia que conlleva que el presente Proyecto presentado se lleve a cabo con la colaboración y el trabajo en equipo de un adecuado grupo interdisciplinar. Si estamos pretendiendo inculcar valores como la cooperación y el trabajo en equipo, resultaría hipócrita que no ahondáramos en la necesidad de que nosotros también cumpliéramos con este objetivo, dando ejemplo también de alguna manera. En un equipo interdisciplinar cada componente pondrá al servicio del resto sus habilidades y conocimientos para el beneficio común, conquistar los objetivos grupales.

Este Proyecto que liga Trabajo Social y Deporte ha de ser llevado a cabo por trabajadores sociales que trabajen dentro de un equipo multidisciplinar, puesto que suponemos que la diversidad de formaciones y experiencias en actuaciones de este tipo, además de ser necesaria, juega en favor de la calidad del servicio prestado. Planteamos necesario que nuestro equipo multidisciplinar este compuesto de principalmente un/una trabajador/a social, un psicólogo/a y un/a monitor/a de tiempo libre o deportivo. A continuación, queremos dejar claras cuales serán desde nuestro punto de vista las funciones de todos ellos.

El trabajador social como ya venimos comentando a lo largo de todo el Proyecto, será esa persona que plantee la estructura teórica y metodológica del proyecto, que proponga los juegos y actividades para llevar a cabo sus pretensiones y objetivos profesionales y como también hemos dicho, aquella persona que se encargará de realizar las evaluaciones de las actividades utilizando la observación directa como método principal. Queremos un perfil de trabajador social “de calle” como no nos hemos cansado de repetir, pero eso no implica que éste sea quien diariamente se ponga el chándal y las zapatillas y dirija todas y cada una de las actividades. El trabajador social puede participar, estar cerca de los usuarios e incluso puede dirigir alguna de ellas si considera que será beneficioso para el grupo en un caso puntual, pero esa parcela de dirección de todas las demás actividades debe dejársela al monitor o entrenador deportivo, que para eso ha sido formado.

Por su parte, el psicólogo trabajará en estrecha relación con el trabajador social y en lo que acomete también a la atención del usuario. Estará siempre pendiente y velará porque los aspectos psicológicos y conductuales de los niños y jóvenes estén en orden, y podrá también colaborar en la evaluación junto al trabajador social donde aportará un punto de vista diferente y nuevo que puede resultar muy positivo.

Por su parte, concebimos útil la figura de un monitor o entrenador deportivo como figura cercana a los niños y que debe de ejecutar y llevar a cabo las actividades y juegos que plantee el equipo multidisciplinar. Conviene que tanto trabajador social como psicólogo establezcan las pautas pero que sea él, el monitor o entrenador, quien libremente aporte su personalidad a cada ejercicio. Tanto un monitor de tiempo libre como deportivo o un entrenador de cualquier otro deporte pueden asumir sin problemas este papel ya que entendemos que durante su formación han adquirido mayores habilidades para el trato directo con niños que el trabajador social o el psicólogo.

Además será de vital importancia que los padres o tutores de los menores estén implicados en el desarrollo de este Proyecto, colaborando



estrechamente y en la medida en que sea posible y necesario para conseguir los objetivos.

Insistiendo en la aplicabilidad tan grande que queremos darle a este Proyecto, las figuras y profesiones del equipo multidisciplinar podrían variar. En este punto queremos dejar claro que estas son las tres profesiones que nosotros suponemos como más idóneas o importantes para la ejecución de este Proyecto, que no lo queremos suponer como algo utópico sino de aplicación real. Por tanto, si a la hora de querer darle aplicación a todo lo escrito en el Proyecto únicamente se cuenta con una sola persona física, ésta debe ser capaz de adaptarse a la situación y tratar de adquirir las habilidades suficientes como para suplir al resto del equipo sin que ello intervenga mucho en la calidad prestada a los niños y jóvenes. Queremos dejar claro que nuestra intención es simplemente ofrecer las mejores alternativas pero tratando de plasmar también que son muchas las opciones de aplicación que ofrece este Proyecto.

En cada apartado se han propuesto una serie de actividades para alcanzar los objetivos propuestos, pero éstos son ejemplos de actividades y obviamente, se pueden idear otras. En este punto, la creatividad del trabajador social ha de ser potente.

#### **4.2. Habilidades socio-emocionales**

Como bien venimos comentando, creemos en el enorme poder del deporte para cambiar vidas y unir a la gente hacia un objetivo común. El deporte de equipo, en sus múltiples modalidades y variaciones, supone una herramienta perfecta para trabajar aspectos relacionados con las habilidades emocionales de las personas, y en este caso de los niños. No se precisa de un carísimo material, ni siquiera de un mismo idioma o de una misma cultura, ya que dentro del rectángulo de juego de fútbol, de baloncesto o de voleibol, todos los jugadores hablarán el mismo lenguaje universal y todos tendrán en mente el mismo objetivo común por el cual se esforzarán y cooperarán para lograrlo.

Sin dejar de lado el Trabajo Social, nos vamos a centrar ahora en un plano un tanto más psicológico, disciplina, la psicología, muy afín a la nuestra, que nos ayude a reconocer todas las mejoras que el deporte puede ofrecer a nuestros usuarios, en este caso menores, con respecto a sus habilidades emocionales.

En primer lugar y puesto que vamos a trabajar aspectos de la psicología deportiva, consideramos fundamental realizar una breve introducción de ella. Se trata de una disciplina teóricamente reciente cuya labor se centra en estudiar cinco puntos fundamentales. En primer lugar, diremos que realiza estudios sobre factores de personalidad, angustia, agresividad, motivación y otros como la desconfianza. También se dedica al análisis del aprendizaje y desarrollo motor, y por otro investiga aquello que acontece a la psicología social del deporte como puede ser la estructura y dinámica de los grupos, el liderazgo, las interacciones, la comunicación, etc. En cuarto lugar, se sitúa el análisis de las condiciones psicológicas del entrenamiento, y por último diremos que la psicología deportiva realiza funciones de detección de talentos (Carrasco, 2012).

En nuestro país, en el cual múltiples profesionales se han dedicado al estudio y la investigación de los diferentes campos que abarca la psicología deportiva, todavía no existe una conciencia total entre la población acerca de la importancia real y los beneficios que la misma presenta para otros ámbitos que no sean lo puramente físico o psicológico. Por otro lado también, algunos de los psicólogos que trabajan en los diferentes cuadros técnicos de clubes deportivos cuentan por el momento con una escasa tradición de trabajo que impide la aplicación eficaz de un proyecto como el que nosotros planteamos. Por todo ello, es necesario continuar trabajando en este ámbito, ya que nosotros, personalmente, creemos en esta fuerza que transmite el deporte para mejorar la sociedad.

Para comprender la conducta de nuestros usuarios debemos antes de nada tener claro el concepto de personalidad, puesto que entendiéndolo nos resultará más sencillo profundizar en las diferentes facetas que queremos desarrollar. La personalidad es pues el conjunto de los rasgos de carácter de

un sujeto adquiridos a través de la interacción social. Es decir, representa el conjunto de las características biológicas, psicológicas y sociales que distinguen a todo individuo y lo diferencian del resto a través de una serie de interacciones dinámicas. Los profesionales son capaces de establecer una serie de personalidades según unos criterios, más bien es verdad que existen tantas formas de ser como habitantes en el planeta.

En concordancia con la bibliografía consultada, podemos decir que en general no se ha podido demostrar que la participación en el deporte conduzca a cambios en rasgos específicos de personalidad. Pese a esto, sí es cierto que la práctica deportiva tiene una influencia favorable en el desarrollo tanto de características positivas como la perseverancia, la deportividad, el valor o la capacidad de aceptar la derrota, como de características algo más negativas como la agresividad, el egoísmo, la envidia o la intolerancia que pueden generarse. Nuestro Proyecto irá dirigido al fortalecimiento de las primeras, aunque es innegable que en el extenso mundo del deporte existe también lo segundo, por lo que trataremos de corregir las segundas.

Por otro lado, y en estrecha ligazón al deporte y la personalidad, queremos decir que ciertos rasgos de personalidad favorecen una actitud positiva hacia el deporte, lo que no quiere decir que el no poseerlas excluya a la persona de poder realizar actividades físicas. Podemos citar propiedades como la perseverancia que constituyen un atributo fundamental y muy positivo en el camino al logro de los objetivos que pueden plantearse tanto a nivel personal como de grupo en un deporte.

#### **4.2.1. Aplicación de la motivación en el deporte como medio para trabajar la autoestima y autoconfianza y evitar la frustración.**

La motivación despierta, inicia, mantiene, fortalece o debilita la intensidad del comportamiento y pone fin al mismo una vez lograda la meta que el sujeto persigue (González, 2008). Por ello, los profesionales que se encuentren cerca del menor en las actividades deportivas deben saber gestionar este mecanismo puesto que es determinante en la elección del niño en cuanto a continuar o no en su práctica deportiva (Carrasco, 2012). Los

niños y niñas se beneficiarán de la práctica deportiva si estas personas que están con ellos, bien sean profesionales de la psicología, del Trabajo Social, monitores o entrenadores deportivos, son capaces de promover en ellos cuestiones tales como la seguridad en sí mismos, la independencia, la equidad y el juego limpio, la recompensa del esfuerzo y el compromiso, la sana competencia, la correcta mentalidad para ganar y la valoración de las derrotas como etapas y formas de entender el esfuerzo y el trabajo de los otros. Los entrenadores del deporte de iniciación, así como el resto de los agentes del entorno del menor deportista, tienen una importancia trascendental en el desarrollo de la sensación del propio valor del deportista y deben procurar en todo momento que en las experiencias deportivas, todos sean valorados (Díaz Rodríguez, 2012). Diremos pues que para que el deporte sea efectivamente positivo se precisa de una formación adecuada por parte de aquellos que trabajan con los niños. Deben ser conscientes de su propia obligación de formarse, de tener conocimientos y de mantenerse actualizados puesto que las experiencias dañinas en la infancia y la adolescencia pueden nutrir las raíces de la desconfianza, la desidia, la confusión de la identidad y la desesperanza tal y como indica Díaz Rodríguez (2012). Así mismo, la formación a padres también resulta fundamental y muy beneficiosa para los menores, saber cómo educar deportivamente a sus propios hijos ayudará a que éstos hagan una valoración positiva del mismo y expresen al máximo todas las ventajas que de éste se derivan, y que venimos comentando a lo largo del Trabajo. Ésta puede ser una intervención muy apropiada para ser dirigida de forma específica, el trato y formación de los padres en estos aspectos.

Atendiendo a Le Boulch (citado en Carrasco 2012) encontramos dos tipos de motivación que necesitamos entender. Por un lado, tenemos la motivación primaria y por el otro la secundaria. La primera de ellas hace referencia a aquella que está relacionada con las necesidades biológicas y con la supervivencia, mientras que la segunda surge como producto del "ser social" que somos. Dentro de la Psicología deportiva se distingue también entre motivación intrínseca que hace referencia a la realización de una acción que tiene el deseo de satisfacer una necesidad y que ejecutándola, la satisface

directamente, y por último, encontramos la motivación extrínseca que consiste en la realización de una acción obteniendo nuestra satisfacción indirectamente como consecuencia de la misma (Carrasco, 2012).

Una vez atendidos a estos tipos de motivación, es momento de hablar de la aplicación directa de la ésta en el ámbito deportivo. Carrasco (2012) hace referencia a cuatro factores diferentes que van a influir en el estado motivado. Como punto de partida situaremos como factor primero y fundamental el propio usuario que practica deporte, es decir, el niño que asiste a la actividad y la ejecuta. En ellos podemos encontrar muchas diferencias en cuanto a su desarrollo motor, el grado de madurez o su experiencia con el deporte que pueden determinar su motivación a la hora de ejecutar la actividad que les planteamos. Además, y sin dejar este factor, se puede añadir que no todos los niños van a tener la misma necesidad de alcanzar éxito entre sus compañeros o demostrar sus capacidades al resto, sino que existen otros muchos que son más inseguros y con experiencias anteriores de fracaso, que se encontrarán mucho menos motivados para la práctica del deporte y será con los que más trabajo tendremos. El segundo de los factores es aquel que nosotros vamos a concebir como el fundamental; la personalidad del profesional que dirige la actividad. De él depende diríamos el 80% o el 90% de la motivación de los menores, ya que la atmosfera que sea capaz de crear, las sensaciones y sentimientos que pueda transmitir, sus manifestaciones, la empatía y su compenetración con los niños serán determinantes a la hora de obtener unos buenos niveles de rendimiento en la actividad. Ligado a la personalidad del entrenador, hablamos del planteamiento de las actividades a ejecutar. Es decir, la complejidad, variedad, el tipo, el grado de incertidumbre o la novedad serán fundamentales y será preciso dotarlo de la máxima atracción para mantener a los usuarios “enganchados” a aquello que planteemos. Por último y algo menos importante en comparación al resto de factores, será el factor de los materiales usados en la actividad. Si existe una variedad de materiales que supongan una novedad para los menores, ellos obviamente se mostrarán en principio más motivados a la acción aunque como ya hemos hablado

anteriormente, para practicar deporte no hacen falta una serie de materiales carísimos ni complejos.

Una vez detectada y comentada la evidencia de que la actividad física y la participación en deportes es una forma maravillosa de ganar confianza en uno mismo y crear un sentido de valoración propia, vamos a hablar ahora de los enfoques positivos y negativos existentes en la motivación para influir en la conducta. Respecto a los enfoques positivos, habría que decir que con esto nos referimos a la idea de premiar una conducta adecuada, reforzarla, de modo que aumentará nuestras posibilidades de éxito en actividades futuras y esto es algo, que para trabajar con menores hay que tener mucho en cuenta y el profesional que dirija la actividad tiene que tener en mente. Se debe trabajar para lograr una buena relación entre los integrantes del grupo con el que trabajamos, así como la conciencia de los mismos en el disfrute de la experiencia deportiva y la obtención de una cohesión grupal. Es preciso utilizar refuerzos eficaces que satisfagan las necesidades de estos menores, pero debemos ser conscientes de que tenemos que conocer aquello que les gusta y aquello que no; esto es, antes de reforzar cualquier acción es preciso conocer al grupo puesto que podemos caer en la trampa de un refuerzo equivocado que nos lleve en dirección contraria a nuestras pretensiones (Carrasco, 2012).

Por otro lado, existe también un enfoque en relación a la motivación que calificaremos de negativo, es decir, aquel que se identificará con la idea de eliminar conductas inapropiadas mediante el castigo. El castigo como tal, no es ni mucho menos malo si se aplica con lógica y teniendo siempre en mente cual es el objetivo del mismo y lo que queremos despertar en el niño que va a ser castigado. Carrasco (2012) afirma que se debe utilizar con mucho sentido común y siempre teniendo en cuenta que existen una serie de inconvenientes que pueden actuar en nuestra contra. Hablamos del posible miedo al fracaso que se puede despertar en el niño que solo intenta evitar la agonía de la derrota, la disminución de su rendimiento por encontrarse más obsesionado por las posibles represalias o la creación de un entorno desagradable a la vez que erróneo de aprendizaje donde el profesional es visto por los menores como un enemigo y como una persona de referencia que les va a guiar en su

proceso. Según De León (2010), un estudio de expertos en psicología deportiva, R.Weinberg y D.Gold, afirma que la mitad de las personas que se acercan a un centro deportivo por primera vez no consiguen prolongar esta decisión más allá de los seis meses, aunque todas ellas llegan con sus mejores propósitos. Es por esto, conociendo el dato, por lo que debemos de trabajar nosotros, y ya no solo para que continúe con la actividad deportiva sino para ampliar lo aprendido en el deporte y aplicarlo a su vida real.

Los profesionales, en cualquier campo en el que se pueda aplicar esta idea: colegios, centros socio-laborales, asociaciones, etc., deben intervenir para potenciar la motivación de los usuarios con los que trabajan y suponemos que se debe hacer desde dos vertientes diferentes. Por un lado, desde la selección de conductas a reforzar donde no se debe reforzar siempre un hecho que esté bien sino que habrá que escoger aquellas que consideramos más importantes en función de nuestros objetivos que podrán ser tales como la recompensa del esfuerzo mostrado en la actividad o recompensa en cuanto a la mejora en habilidades sociales y emocionales. Por otro lado, hablamos de estrategias de motivación para aumentar la motivación intrínseca, que consistirá en el refuerzo de aspectos relacionados con la ejecución y no con el resultado. Los refuerzos pueden ser de diferente índole, desde continuos que se dan tras cada acción correcta hasta discontinuos que no tienen porqué seguir un patrón y se puede dar unas veces sí y otras no, de tipo verbal o de tipo no verbal o variables en sus contenidos, esto es, el profesional deberá elegir los mejores refuerzos para su grupo siempre y cuando previamente lo conozca.

Pese a que continuamente insistimos en que no estamos tratando de realizar un Proyecto que tenga como finalidad la victoria en lo deportivo, no tenemos por qué evitar orientarles hacia el esfuerzo por tener éxito en sus tareas, sobresalir, rendir al máximo o enorgullecerse de sus cualidades. Respecto a esto, suponemos dos tipos diferentes de usuarios ante los que nos podemos enfrentar y que conviene estar preparados para ello. Por un lado, es posible dar con menores que sí que van a estar orientados al logro del éxito, pero por el otro podríamos encontrar otros que se centren en evitar el fracaso

y que a largo plazo son los que más sufren en el deporte. Esto puede ser debido a sus circunstancias personales o sus experiencias vitales, y que debemos de acoplarnos a ello y trabajar para lograr extraer los mayores frutos de esta diversidad.

Hasta aquí hemos hablado del trabajo que deben realizar aquellas personas que se van a encargar de dirigir las actividades, pero es preciso conocer que el hecho de que la actividad sea efectivamente positiva no solo dependerá de cómo se practique y de la influencia del entrenador, monitor o profesional que dirija, sino de otra serie de miembros implicados tales como otros deportistas, directivos, árbitros, los medios de comunicación o sus propios padres.

Respecto a estos últimos, nos gustaría comentar una serie de aspectos importantes puesto que representan una figura fundamental en el contexto deportivo y en la vida del niño. En el año 2000, Dosil ya recomendó que los padres que tienen hijos que compiten actúen de forma positiva tanto antes, como durante y después de cada competición o actividad deportiva (citado en Díaz Rodríguez, 2012). Con esto nos referimos a una serie de acciones que los padres deben de ser capaces de ejecutar con el único objetivo de que los menores salgan beneficiados de su práctica deportiva. Deben siempre inculcar a sus hijos que es preciso destacar el carácter divertido de la actividad deportiva, deben cuidar su comunicación tanto verbal como no verbal, y es fundamental que transmitan seguridad a sus hijos por lo que deben animar y reforzar las buenas acciones minimizando los errores, a la vez que escuchan y comprenden al niño y destacan los valores positivos del deporte (Díaz Rodríguez, 2012).

Por tanto, sin lugar a dudas, las primeras experiencias deportivas, las primeras relaciones deportivas con compañeros, entrenadores, monitores y las reacciones ante la actividad deportiva de los padres de los jóvenes tendrán gran influencia en el desarrollo de la autoestima en sus diversas acepciones (Díaz Rodríguez, 2012). Nos parece útil para culminar este apartado añadir la afirmación de Gutiérrez (1995, p.145) en la que dice que "autoimagen y autoestima se puede valorar en el deporte a través de conocer los límites que



uno es capaz de llegar, mostrar la capacidad propia ante las dificultades de la tarea, mejorar el concepto que uno tiene de sí mismo y reconocer una buena actuación de un adversario”.

#### **4.2.1.1. Trabajar la motivación y potenciar la autoestima y autoconfianza evitando la frustración**

Es preciso tener claro y ser conscientes de que el trabajo con niños no es el mismo que el trabajo con deportistas profesionales de un centro de alto rendimiento o ni siquiera que el de un grupo de adultos que se juntan cada fin de semana para jugar un partido de fútbol. Todo eso es otra cosa, nosotros lo que queremos conseguir es, a través del deporte, ayudar como trabajadores sociales a los niños en diferentes aspectos con el fin de que mejoren diferentes facetas de su vida social y personal. En este caso, consideramos que mejorando su autoestima y autoconfianza y evitando la frustración, vamos a conseguir que el niño se encuentre mejor preparado para afrontar diferentes retos que le pueda plantear la vida fuera del terreno de juego. Pese a decir que el trabajo con estos niños jamás será similar al que se debe hacer con un grupo de profesionales o adultos, el enfoque general es muy similar y únicamente se deberán de variar unos pocos matices. Somos de la opinión de que la motivación no se puede trabajar con una actividad en concreto o un ejercicio en particular, sino que debe ser un proceso que debe ser bien gestionado por la persona responsable del grupo quien deberá acomodar las diferentes actividades que plantee a las exigencias que presenta el trabajo de la motivación. Esto es, simplemente vamos a proponer una serie de pautas y claves que pueden resultar fundamentales para que nuestros niños continúen y no abandonen la práctica deportiva tempranamente, ya que de este modo, si mantenemos a los niños motivados en las actividades que les planteamos, obtendremos otros muchos beneficios que nos permitirán continuar trabajando diferentes aspectos sociales y emocionales.

El Doctor Milton, médico especialista en actividad física, ejercicio y deporte, afirmo en 2009 que “subir a la parte más alta de un tobogán o colgarse sobre las barras de juego del parque puede ser el primer paso para

que un niño se convierta en una persona que disfrute la actividad física el resto de su vida" (Milton, 2009, 1). Este autor además afirma que conforme el niño crece, sus gustos e intereses cambian y a medida que el tiempo pasa, es posible que pierda interés en actividades que disfrutaba anteriormente y se debe ayudar al niño a buscar alternativas de reemplazo.

Se dice también que es muy importante que se elija la actividad apropiada para la edad del niño (Milton, 2009), puesto que de no ser así, puede que el niño se canse o se frustre muy pronto si no se considera capaz de realizar lo que se le plantea o está lejos de sus intereses. El prestigioso especialista en actividad física, ejercicio y deporte nos da unas pautas de aquello que resulta más aconsejable para los menores en función de las franja de edad en la que se encuentren. Milton supone que en el caso de los niños en edad escolar que pasan más tiempo en actividades sedentarias como ver la televisión y jugar a los videojuegos, el reto es superior puesto y es preciso encontrar actividades físicas con la que disfruten y se sientan exitosos al realizarlas. A estas edades, Milton afirma que los niños prefieren deportes colectivos tales como fútbol o baloncesto y suelen descartar deportes más individuales como el atletismo o el tenis, que aunque también guste, lo hace en menor medida. En cuanto a los adolescentes, Milton (2009) señala que el abanico de posibilidades aumenta y el rango de posibilidades se extiende puesto que conforme van creciendo desarrollan unas habilidades u otras y se sienten más cómodos con ciertos tipos de ejercicio. Por ello, el monitor o adulto responsable del grupo adaptará en la medida de lo posible las actividades y ejercicios a los gustos e intereses de los menores en función de su edad.

Por otro lado, De León (2010) nos habla del establecimiento de unos objetivos que vayan a ser reales. Debemos de ser conscientes del grupo de niños que tenemos, lo que queremos sacar de ellos deportivamente, pero siempre sin olvidarnos de que el objetivo de nuestro trabajo no será obtener una meta deportiva sino conseguir que el deporte como instrumento nos ayude a que todo eso que aprenden con nosotros sea aplicado en la calle, es decir, que lo puedan trasladar a la escuela, al patio del colegio, al parque o a su

casa. Estos objetivos deportivos, más reales que ambiciosos, deben tener como finalidad mantener al niño “enganchado” al deporte, a las actividades y al disfrute del ejercicio deportivo que se plantea, por lo que el éxito deportivo, quedando relegado a un segundo plano, pasará por los pequeños logros, sencillos y accesibles que nos permitirán avanzar hacia otros más ambiciosos. Todos estos objetivos deben ser planteados a los niños, ellos deben de ser conscientes de lo que el monitor, entrenador o profesional que dirija la actividad quiere de ellos, y así obtener un pequeño refuerzo cada vez que estos pequeños logros se alcanzan. El mismo autor nos recuerda que puede ser de mucha ayuda invitar a los niños a visualizar ese objetivo que nos planteamos a corto plazo, es decir, ofrecerles la posibilidad de que imaginen como se sentirían consiguiéndolo.

De León (2010) añade que sería útil registrar los progresos de los usuarios, es decir, tener anotado desde el primer momento todo aquello con lo que trabajamos con dos motivos fundamentales; por un lado, a modo de evaluación una vez finalizado el periodo de trabajo y por otro lado, como herramienta para mostrar si durante el proceso deportivo existen o se plantean por parte de los menores ciertas dudas sobre los propios logros.

El aspecto lúdico y la diversión son otros de los aspectos y las claves fundamentales que tiene que poseer la actividad deportiva, puesto que percibiéndola como algo aburrido jamás cumplirá sus funciones. Por tanto, el niño debe sentirse a gusto en la práctica deportiva, debe pasárselo bien, debe sentirse libre y si somos capaces de conseguir esto, los beneficios serán mucho mayores. No es fácil encontrar actividades que sean a la vez productivas y divertidas, pero el adulto que trabaja con los niños en el deporte base debe esforzarse al máximo para conseguirlo (De León, 2010).

Ligado a este último punto, el autor De León (2010) apunta hacia la variedad de las actividades como medio para mantener al niño motivado en la actividad deportiva puesto que las rutinas acaban cansando, por lo que se debe ir cambiando de actividades e innovar.

Finalmente, hablamos de socializar la ejercitación, es decir, no utilizar ejercicios individuales sino aplicar todo nuestro trabajo a actividades grupales

donde el niño se pueda sentir cómodo en el grupo puesto que de otro modo el riesgo de hastío es mucho mayor (De León, 2010).

Por tanto, si con estas pautas conseguimos mantener a los niños motivados en la actividad deportiva y evitar el temprano abandono, su nivel de autoconfianza y autoestima aumentará conforme avance el proceso de aprendizaje de ciertos aspectos y habilidades. Así también, nuestras probabilidades de éxito se van a elevar y el niño tendrá la oportunidad de aplicar todo lo aprendido e interiorizado durante su práctica deportiva a su "yo" más social. Como trabajadores sociales esto debe ser una meta a fijar a muy corto plazo, puesto que trabajar con un niño ilusionado, con entusiasmo y motivado no tiene nada que ver a hacerlo con un niño que ha caído en el hastío y la monotonía de su rutina diaria.

#### **4.2.2 Aprendizaje en la gestión de impulsos y canalización de la agresividad**

Antes de entrar en detalles sobre el vínculo y los beneficios del deporte para el control de las pulsiones y emociones del individuo, es conveniente dejar claro también los conceptos de agresividad y violencia y algunas de las teorías que la componen. La agresividad es la conducta que una persona realiza para conseguir un fin, esto es, es una conducta instrumental que ejercemos cuando consideramos que un peligro nos acecha. Podemos poseerla de forma natural o adquirirla a lo largo de nuestra vida como fruto de nuestras vivencias, y en contra de la opinión general, la agresividad no tiene una asociación directa con la violencia. Consideramos que dista mucho un concepto del otro, ya que entendemos a partir de lo estudiado y leído en distintas fuentes bibliográficas que la violencia se refiere a aquellos actos intencionados con ánimo de dañar y crear un perjuicio. Esta violencia para muchos puede resultar divertida e inevitablemente aparece continuamente en el mundo del deporte. Desde los jugadores de fútbol o baloncesto que pierden los papeles en el rectángulo de juego y se pelean, hasta aquellos hinchas radicales que celebran los títulos de sus equipos quemando contenedores y destrozando el

mobiliario urbano. Para muchos, la violencia resulta divertida y reafirmante, y piensan que con ella se es capaz de ganar el respeto público. Si bien es cierto, cada vez más avanzamos hacia una cultura deportiva que se contiene en el uso de la violencia y la agresividad tanto en terrenos de juego como en las gradas, pero que potencia la conflictividad a través de los medios de comunicación de manera preocupante (Durán, 1996). En nuestra sociedad se ha ganado un gran hueco y apenas podemos imaginar nuestros telediaris deportivos sin imágenes de insultos, trifulcas y peleas. Nosotros consideramos que la violencia es innecesaria e inútil en el mundo del deporte y por ello es por lo que estamos planteando este Proyecto. Es necesario, por parte de las autoridades hacer lo posible por disminuir los actos de violencia ligados al deporte.

Actualmente, vivimos en una era en la que anuncios de televisión y de radio, así como diferentes apreciaciones mediáticas e institucionales hacen referencia a la unión entre deporte y salud. Por ello, nos resulta paradójico el modo de abordar la cuestión de la venta de bebidas alcohólicas en los estadios deportivos en nuestro país. Contrasta el hecho de que en los estadios de fútbol de primera división exista una normativa en la que no se dispense alcohol, pero en cambio en todos aquellos clubes deportivos y campos de fútbol y baloncesto de nivel inferior donde juegan y se divierten cada fin de semana miles de niños, no existe tal normativa y se produzca un libre suministro de estas bebidas que son capaces de modificar totalmente la conducta de las personas que las consumen de forma excesiva creándose un mal ejemplo para los menores.

Los diversos aspectos que la agresividad asume, dependen de las modalidades de educación de un niño, su interacción con el exterior y la influencia del ambiente: "Es esencial tomar conciencia plena que la principal causa de la violencia es la propia violencia ejercida sobre un niño" (Durán, 1996, 67). Conscientes de que muchos menores no disfrutan de las mejores condiciones para gestionar esto correctamente, suponemos esto como otra de las causas por las que consideraremos que el deporte debe ser pieza clave en la educación de un niño por los beneficios que plantea.

Sería engañoso y además nocivo si quisiésemos con este Proyecto conseguir que la agresividad de todos los menores se suprimiese totalmente, porque no debemos olvidar que la negación de la agresividad puede causar perturbaciones en el equilibrio psíquico de las personas. No hay información concluyente y consideramos que no está tan claro que la agresividad sea destructiva como sí lo es, como ya hemos dicho, la violencia. El deporte se presenta como una de las pocas actividades humanas en las que la pulsión agresiva puede ser liberada completamente y puede manifestarse de forma no reprimida, es decir, como diría Cagigal (1990), el deporte es la gran ocasión de elaborar la agresividad de forma positiva (citado en Carrasco, 2012). Con el deporte, la sociedad lo que hace es recurrir a una alternativa que sea capaz de permitir al hombre canalizar el excedente de agresividad de un modo socialmente aceptable y que permite al individuo liberarse una gran cantidad de presión o adrenalina favoreciendo positivamente su desarrollo personal. Es en este punto en el cual nosotros queremos trabajar y hacia el cual se dirigirán nuestras actividades.

Por otra parte, destacar el hecho de que muchas personas pueden adoptar la idea errónea de que la agresividad es correcta en el deporte, lo que aumentaría el riesgo de lesiones en aquellos que lo practican pero que sobre todo, se transmitiría un mensaje fatal y erróneo a tantos niños que quieren ser igual que sus estrellas deportivas. Debemos usar el deporte como método eficaz para enseñar a estos menores los modos de comportarse correctamente tanto dentro como fuera del ámbito deportivo, y nunca como ejemplo de ningún aspecto negativo sancionándose dentro del campo todo aquello que sería sancionable en la sociedad. Al hilo de esto, decir que también existen muchos entrenadores deportivos e incluso jugadores que consideran que esta agresividad es fundamental para la mejora del rendimiento en el deportivo. Es algo con lo que nosotros, tras haber leído a Silva queremos desechar. Valoramos que la agresión no mejora el rendimiento sino que desviará la atención de los menores hacia cuestiones que no tienen que ver con la ejecución y las finalidades del deporte. Si recorremos el camino de la agresión en el deporte, estaremos en el sentido equivocado.

Respecto a la cuestión de la victoria y la inculcación de la mentalidad ganadora en un niño, aunque no siempre mala puede ser causa de muchas frustraciones. Creemos que no hay nada malo en intentar ganar, pero no se debe ofrecer el concepto de que la victoria será lo más importante puesto que perderemos el sentido que transmite el significado del deporte en edades poco avanzadas. Como bien señala Gutiérrez (1995, 20); "Por ello, se hace necesario infundir en nuestros aprendices, desde sus primeras edades, un espíritu de vida sana, de juego limpio y honesto, de mantener a flote el valor intrínseco del deporte, haciendo que por encima de todo constituya una satisfacción, un disfrute, un sentirse bien consigo mismos y alcanzar un buen estado de salud física y psíquica. Todo ello sin desechar la posibilidad de que también el triunfo en una competición pueda aportar su recompensa, pero procurando que no sea tanto la recompensa en sí misma, sino la satisfacción por la tarea bien hecha, lo que les permita sentirse un poco más felices". Es preciso enseñar a los niños destrezas para controlar sus emociones, así como ampliar su capacidad de reacción ante la frustración que plantea una derrota y ofrecer una visión positiva tanto de los logros como de las decepciones. Es posible que si nos equivocamos en el planteamiento de las victorias y derrotas, podamos llevar a los menores a la sensación de fracaso y reacciones agresivas ante las diversas situaciones que les va a plantear su vida deportiva. Aunque es verdad que es muy influyente la importancia que el educador otorgue a la consecución de la victoria en sí misma, también es cierto que según la etapa madurativa en la que se encuentre el niño o joven, ésta percepción también va evolucionando y cambiando por sí misma. En relación con esto cabe destacar las conclusiones a las que llega Gutiérrez (1995, 72-73), tras la elaboración de un trabajo de investigación; "La *participación lúdica* es un valor preferido por los niños de ocho a catorce años frente a la *ambición de logro*. Esta preferencia se ve alterada a medida que aumenta la edad hasta el punto de que entre los quince y diecisiete años se invierten los términos, para llegar a estabilizarse a partir de los dieciocho, no apareciendo diferencias en la elección de uno y otro. Es a partir de los veinte años cuando de nuevo vuelve a ser más valorada la



participación lúdica, el disfrute por el juego en sí mismo, que la ambición de logro”.

El responsable de la actividad deportiva, independientemente de su formación académica o experiencia, tiene que ser en todo momento un ejemplo hacia el resto del grupo, es decir, un espejo en el que todos deben mirarse. Según indica Mejía (2006), las actitudes que ha de adoptar esta persona, bien sea el trabajador social que estará con ellos también en algunos momentos o el propio monitor con chándal y zapatillas en el campo, han de estar encaminadas a mejorar el estado de ánimo del estudiante, hacer de la sesión deportiva un espacio de paz, armonía y felicidad para el niño, y por supuesto facilitar a los niños que sientan y vivan algo distinto a lo que viven en casa o en el colegio. Entendemos que será un monitor quien este con el grupo de niños, puesto que es la labor que le pertenece pero puede desempeñar esta función tanto el psicólogo como el trabajador social si no disponemos de una figura formada en el deporte o el ocio y tiempo libre.

Esta persona, que actúa como líder del grupo, debe acercarse a aquellos niños en los cuales puede percibirse algún problema, estrechar lazos con ellos y aprovecharse de su saber pedagógico para disminuir estos problemas sociales que en definitiva también irá en beneficio del grupo. La tarea de esta persona es delicada y muy complicada, puesto que de su gestión depende el buen ambiente y la armonía del grupo. Si es capaz de tomar conciencia de éstos conflictos y entablar un proceso de reflexión al respecto, estará posibilitando la oportunidad de crecimiento personal y mejores niveles de relación, que sumados conducen a una mejor calidad de vida, tanto para el monitor o persona que esté al frente como para el niño (Mejía, 2006).

Es probable que el responsable de la actividad deportiva se encuentre con algunos niños que presentan conductas que reflejan la problemática social o familiar que les toca vivir, donde puede abundar el castigo físico y psicológico o una escasez de afecto, alimentos, normas o simplemente de diálogo. Mejía (2006) apunta que es el propio monitor o director de la actividad desde su práctica quien debe afrontar esta situación, evitando repetir las mismas actitudes que reciben los niños en casa o en su entorno. Consideramos, como

trabajadores sociales, que esta es la mejor oportunidad que tiene el monitor para mostrar la verdadera labor social y educativa del deporte, puesto que afrontando estos retos con éxito los beneficios aumentarán exponencialmente.

Por tanto, diremos que la labor del responsable de la actividad comienza por conocer a los menores, por conocer aquellas acciones que pueden o que generan conductas agresivas en ellos, si es que ocurren, y también él mismo ha de establecer un itinerario previo de actuación para saber responder con éxito ante pequeños posibles incidencias o altercados dentro de la actividad, que por otro lado forman parte del normal funcionamiento de un grupo.

Esta persona que está al frente y que dirige una actividad tiene que ser consciente por otro lado de que ciertas actitudes asumidas por el mismo como la exclusión, llamar la atención por todo, no atender a las necesidades del pequeño, gritar, señalar, comparar, amenazar, ridiculizar o enfrentarse al niño, resulta muy nocivo para el grupo y aporta muy poco a la solución del problema que se presente en el momento (Mejía, 2006). Es más, diremos que estas actitudes potencian la agresividad y violencia dentro de la actividad.

Además de estas pautas y estrategias que debe seguir la persona que dirige a un grupo de niños para mantener la armonía y la paz colectiva, desde el deporte, como ya hemos dicho anteriormente, se proporciona una vía saludable para que los niños liberen su agresividad sin lastimar a nadie.

Diremos pues que los ejercicios físicos canalizan la agresividad en formas no destructivas hasta el punto de que Morales (2009) llega a indicar incluso que el deporte de competición, en el que se enfrentan dos o más equipos, es un buen y para nosotros en este caso útil sucedáneo de la guerra, donde además de crearse buenas relaciones sociales entre los miembros del equipo, se adquiere un sentido de pertenencia al grupo y al equipo que evita futuras manifestaciones agresivas.

El trabajador social preferiblemente debe, desde fuera y en una situación distante a la actividad, observar los distintos movimientos de los menores, sus actitudes y conductas para modificar en el caso que fuese necesario cualquier pauta o directriz y hacérselo saber cuanto antes al monitor que está con el grupo de cara a futuras actividades.

#### 4.2.2.1. Actividades a desarrollar para la canalización de la agresividad y la gestión de impulsos

Antes de nada, destacar que es importante el firme convencimiento del equipo multidisciplinar respecto a la utilidad de la actividad de modo que sea él quien transmita y motive a los niños para ejecutar con éxito el ejercicio. Si estas personas que están al frente del grupo no encuentran lo suficientemente útil el ejercicio, difícilmente podremos obtener buenos resultados puesto que debe ser los directores del ejercicio los primeros en confiar en la fuerza de esa actividad para cambiar las conductas de los niños.

En el año 2011, Soulary llevó a cabo una investigación en el poblado *El Caney* del Municipio Santiago de Cuba sobre la aplicación del deporte con niños de entre 9 y 11 años en los que se detectaron manifestaciones de agresividad que conllevaban entre la más notables la insuficiente relación familia-escuela, ausencia de hábitos de estudios, no realización de las tareas escolares, insuficiente apoyo familiar para enfrentar las tareas docentes y agresividad (Soulary, 2011). En esta ocasión, los investigadores llevaron a cabo una serie de actividades recreativas físicas con las que atajar tal citado problema y nos parece que puede resultar útil tomarlas para nuestro Proyecto puesto que la eficacia de las mismas tiene una base científica comprobada.

**A) Kickingball:** es un juego que consiste en patear un balón y hacerlo rodar por el campo de juego hacia el terreno considerado como válido, recorriendo las 3 almohadillas ubicadas en él (en sentido contrario al de las agujas del reloj), y llegando hasta la placa circular de donde pateó para anotar un tanto conocido como "carrera". Es preciso dejar constancia de que a las 3 almohadillas y a la placa circular, ubicadas en el campo de juego, se les llaman "bases" (Escuela Kickinter, 2012). Tal y como detalla Escuela Kickinter (2012), especializada en este deporte, el *Kickingball* "tiene como objetivo el que dos equipos compuestos por diez jugadoras cada uno, anotar la mayor cantidad de carreras que sean posibles y evitar que el otro equipo anote carreras, ganando al final del partido, el equipo que haya anotado más carreras, en conformidad con el Reglamento Oficial y bajo la jurisdicción de uno o más Árbitro y un

Anotador Oficial” (Escuela Kickinter, 2012, p.1). La aceptación por parte de los niños en el estudio de Soulary (2011) fue de un 90%, por lo que suponemos que además de ser útil para la descargar y canalización de agresividad, los niños se van a divertir practicando este deporte. Finalmente, hay que decir que respecto al material lo único necesario para este juego será un balón y espacio abierto donde poner establecer las bases del campo de juego.

**B) “Voleibol ciego”:** el juego se realiza de la misma manera que el voleibol pero sin embargo tiene algunas peculiaridades. Para este juego se necesita tapar con una sabana la red o cuerda que divide los campos de modo que de un lado no se vea el otro y además dejaremos que la pelota pueda dar un bote en el suelo antes de ser devuelta al campo rival. En el estudio de Soulary (2011) este juego obtuvo un 97 % de preferencia, de modo que será una útil herramienta a utilizar.

**C) *Stickball*:** se trata de una juego similar al tradicional béisbol, en el que la habilidad de poder conectar una bola con un palo parecido al de una escoba y correr con gran destreza sobre las bases, son principalmente los atributos que deben desarrollar sus participantes (Sports&Health, 2009). La ventaja que distingue al *stickball* de otros juegos es que para jugarlo no se requiere de costoso material, ya que sólo se necesita un palo de madera y una pelota de hule, un poco más pequeña que la de tenis. Esto encaja con nuestras pretensiones, puesto que no olvidemos nuestra intención de darle una gran aplicabilidad al Proyecto. Sus reglas son muy sencillas, algo que facilitará su explicación y la consecuente ejecución. El campo ha de ser de asfalto preferiblemente pero si no es posible, puede utilizarse uno de tierra o incluso de césped, es decir, debemos de ser conscientes de que únicamente necesitaremos un palo, una pelota y algo de espacio. Los dos equipos deberán estar compuestos por 12 jugadores durando el partido 7 episodios, de modo que al igual que el béisbol, su desarrollo también consiste en hacer la mayor cantidad de carreras, donde el recorrido de bases y el número de *outs* para que culmine una entrada es similar. Según Sports&Health (2009) lo que lo diferencia del béisbol es que en “este juego no existe receptor, ni lanzador, cada bateador se lanza a sí mismo y éste debe conectar la bola en el aire ó

puede dejarla picar hasta 3 veces antes de ser bateada. Si el jugador abanica es *out* y si la manda a territorio de *foul* también lo es" (Sports&Health, 2009, p.1). Otro detalle a tomar en cuenta es que "cuando un conjunto está a la ofensiva puede utilizar un bateador designado, sin que tenga que reemplazar a nadie en la defensa, e igualmente un jugador de cuadro podrá entrar a correr de emergente por un compañero, siempre y cuando éste no altere su orden al bate" (Sports&Health, 2009 ,p.1). Del mismo modo que el *Kickingball*, este juego obtuvo un 90% de aceptación, algo que nos da ciertas garantías de éxito en la aplicación y nos invita a sentirnos seguros de que es más que probable que nosotros también obtengamos con nuestros usuarios ese grado de aceptación.

**D) Frontenis:** a pesar de no haber sido incluido dentro de los deportes que se realizaron en la investigación de Soularý (2011) hemos decidido incluir este deporte por las características que presenta y los beneficios que puede obtener. Exige tener una gran movilidad, destreza, agilidad mental, excelente coordinación psicomotora y a su vez también promueve una gran descarga de adrenalina y tensión que hace que sea un deporte muy bien colocado para ser trabajado en el desarrollo de la canalización de la agresividad y la gestión de impulsos. La preparación de un torneo de este deporte creemos que puede favorecer el estrechar lazos tanto entre sus participantes como entre éstos y los profesionales que se encarguen de promoverlo. Es por lo tanto, una buena actividad para promover la descarga de agresividad de forma "controlada" (al golpear la pelota) y fomentar las relaciones personales.

#### 4.2.3 Aprendizaje y gestión de las derrotas y de la frustración

Ligado a lo ya comentado con respecto al reconocimiento de la buena actuación del adversario, consideramos oportuno tratar los aspectos convenientes a las derrotas y al aprendizaje de la tolerancia a las mismas.

Gran parte de las actividades deportivas que se pueden llevar a cabo tienen que ver con la competición. Cuando uno gana se encuentra mejor, con un estado de ánimo más óptimo y con capacidad para realizar nuevas actuaciones y conductas que le sigan conduciendo al éxito. Además, la victoria

es un refuerzo natural que da fe del trabajo bien hecho, del esfuerzo depositado y del logro de los objetivos planteados con ambición (Díaz Rodríguez, 2012).

Pese a que exista una regla general en la sociedad que hable sobre “perder para aprender”, este aprendizaje individual es amargo y costoso, puesto que a nadie le gusta aprender de este modo. Nosotros, que vamos a trabajar con niños debemos de ser capaces de transmitir la idea de que el objetivo no está en la victoria, puesto que de la derrota, que forma parte de todos los deportes, se pueden extraer infinidad de beneficios y hay que enseñar a valorar más allá del resultado, con vistas a que los niños puedan terminar un partido en el que no han conseguido meter un gol o una canasta más que el rival, con un nivel de satisfacción alto.

El aprendizaje de una derrota es personal y puesto que nos podemos enfrentar a diferentes personalidades de niños, nos va a resultar muy difícil conocer exactamente qué ha aprendido cada uno de una derrota. Tampoco va a resultar fácil poder saber cómo han sido afectados anímicamente cada uno de ellos, por lo que conviene trabajar del modo más individualizado posible pero siempre transmitiendo una idea general al grupo.

Díaz Rodríguez (2012) argumenta que precisamente una de las principales actuaciones de los entrenadores, monitores o profesionales que se encuentren con los menores en las actividades después de una derrota, debe de ser la de conocer como se ha producido esa derrota, cuales han podido las causas de las mismas, que factores han intervenido en ellas, que consecuencias inmediatas pueden ocasionar, como está afectando esa situación a cada uno de los miembros del equipo y al colectivo, como puede ser la respuesta individual y colectiva ante la próxima competición, que se debería hacer, pero en ningún momento realizar declaraciones donde se señale a un niño en particular, una jugada aislada o un momento concreto ya que la cohesión grupal además puede verse muy perjudicada.

Todo aquel que haya formado parte de un equipo de fútbol, de baloncesto o de cualquier otro deporte conocerá de cerca la derrota y los sentimientos que ella despierta. Partiendo de este conocimiento, hay que

trabajar para evitar caer en los malos perjuicios que pueda crear en los distintos estados de ánimo principalmente en los niños cuando están iniciándose en el deporte. La derrota tiene una duración temporal y variable dependiendo de situaciones personales, del entorno y del contexto en que se producen, pero es preciso saber que ese sentimiento terminará, acabará desapareciendo con el paso del tiempo (Díaz Rodríguez, 2012).

El mismo Díaz Rodríguez (2012) afirma que otra de las certezas bien documentadas ante las derrotas es la de que los deportistas son más susceptibles a la alteración mental o psicológica cuando están convencidos de que se va a ganar y finalmente no se consigue. Esto en edades poco avanzadas puede resultar fatal, puesto que la frustración será mayor pudiendo existir una pérdida de confianza, dudando de sí mismos, de la eficacia de sus compañeros, de la eficacia de los métodos de su entrenador o monitor e incluso le puede producir preocupación y sentimientos de culpabilidad.

Diremos que si se ha fracasado, o se ha tenido una derrota porque no han salido bien las actuaciones, los comportamientos, las tácticas o las estrategias es completamente normal. No existe un solo deportista en el mundo que jamás haya fracasado, que nunca haya perdido o que siempre lo haya ganado todo. Todos y absolutamente todas las personas que han practicado deporte en su vida han vivido momentos de fracaso deportivo, pero eso no implica un fracaso en nuestros propios objetivos, que como ya hemos dicho los marcaremos lejos de los resultados y siempre tomando en cuenta las ejecuciones o esfuerzos por lograrlo.

Si hipotéticamente dentro de nuestro trabajo diario con los menores nos enfrentásemos a una serie de situaciones de derrotas consecutivas deberíamos de estar preparados para ello porque puede resultar perjudicial improvisar en una situación tal con niños de edades poco avanzadas. En todo momento, además de aportar discursos y dejar claros los verdaderos objetivos, el monitor, entrenador o profesional que se encuentre trabajando con los menores debe de intentar poner en orden las sensaciones, las emociones y los sentimientos de los mismos con el fin de conocer más sobre la situación anímica en la que se encuentran y el grado de afectación que variará de unos a



otros. Por ello, Díaz Rodríguez (2012) afirma que se debe abordar primero a nivel individual y más tarde grupal. En la esfera colectiva, es fundamental no empeñarse en remarcar los errores, sino que los monitores, entrenadores y demás personas que se encuentren con ellos deben dirigir la actuación hacia metas positivas, siendo muy recomendable recordar e insistir sobre los éxitos conseguidos por el colectivo en otras situaciones para que así se pueda mantener la confianza propia y en el resto del grupo.

Resultaría negativo nos indica Díaz Rodríguez (2012) mantener durante mucho tiempo afirmaciones tales como “jugamos bien pero perdemos” o “ya llegarán los resultados” mientras se continúe perdiendo puesto que esa pérdida de confianza en la figura que guía también puede verse dañada.

Como ya hemos dicho ininidad de veces, la derrota forma parte del deporte, es humana y si no se consigue ganar, simplemente se trata de hacer todo lo que se debe, o al menos intentarlo, en los planos individuales y colectivos.

Por otro lado y antes de terminar, creemos que la derrota es necesaria en estas edades puesto que la frustración en el futuro ante una situación de desavenencia deportiva puede resultar trágica. Una sola derrota no va a servir para que un grupo de niños aprendan de la cara menos dulce del deporte, pero una correcta intervención en las derrotas y sobre las situaciones que se producen respecto al estado anímico del niño pueden acercarnos al logro de nuestros objetivos. Por tanto, terminaremos afirmando acorde a lo que Díaz Rodríguez (2012, p.3) afirma que “si se es capaz de trabajar adecuadamente las derrotas y entenderlas como una oportunidad para mejorar las capacidades de los jugadores y del equipo, entonces es posible que las derrotas se cambien de experiencias negativas en positivas”.

El responsable que se encuentre al frente de la dirección de una actividad deportiva ha de hacer frente a esa actitud de los niños que muchos padres hoy en día alimentan con frases como “es mi hijo y si puedo se lo doy” o “no me gusta verlo así, y mejor se lo doy”. Con esto no queremos decir que debemos inculcar a los padres que está mal ofrecer a los hijos lo mejor de uno mismo, sino que lo que no se debe hacer es evitar en todo momento la frustración, la

pérdida o la derrota del niño puesto que antes o después en su vida se va a enfrentar a ello.

El monitor o aquel que se encuentre dirigiendo la actividad en ese momento debe ayudar por medio de sus actividades principalmente a identificar la frustración, es decir, desde el primer momento el niño debe conocer el sentimiento de la frustración y ha de saber que éste existe y que está y estará presente en muchas facetas de sus vidas. Desgraciadamente, desde el Trabajo Social son demasiadas las veces que los profesionales de esta disciplina y profesión han de trabajar con estos sentimientos y lo que queremos desde este Proyecto es precisamente preparar a la gente a saber gestionar “las futuras derrotas en su vida” con el fin de que estén preparados y resulten lo menos dañados posible.

De igual modo que habíamos hablado en el apartado de la motivación, esto consiste en un proceso que ha de gestionar mediante pequeñas acciones el responsable del grupo en función de las situaciones que se vayan dando a lo largo del proceso deportivo. Diremos que estas pequeñas acciones pasan por detalles tales como algo tan sencillo como indicar a un niño que pide ayuda, que sea él quien busque la solución primero. Es decir, obligar a que intente por sus propios medios, el modo de salir o resolver una situación, y esperar hasta el momento exacto en que el niño no sepa ya que más hacer. Es entonces cuando hay que enseñarle que debe pedir la ayuda y no antes. Si el niño consigue esto, el monitor deportivo ha de tener la habilidad y destreza para saber elogiar y reforzar correctamente al niño que lo ha conseguido, tanto si ha retardado su petición habitual de ayuda como si ha utilizado por sus propios medios una nueva estrategia para resolver la cuestión.

El trabajador social, por su parte debe saber dirigir correctamente al monitor y guiarle junto con el psicólogo en el caso de que exista algún tipo de problema o desavenencia en el grupo. La figura del trabajador social debe actuar nuevamente de observador de todo el grupo durante las actividades con el fin de ofrecer al monitor que está ejecutando el ejercicio una nueva visión y perspectiva de todo lo que acontece.

#### **4.2.3.1. Actividades para fomentar el aprendizaje y gestión de las derrotas y de la frustración**

La aplicación de toda la anterior teoría pasaría por enfrentar a los niños a situaciones donde la derrota esté presente y que teóricamente generen frustración en ellos para que de este modo, puedan aprender a controlarla.

**A) Situación de injusticia arbitral:** los niños se dispondrán a jugar un partido de balonmano y el entrenador o monitor que esté con ellos actuará de árbitro "injusto" señalando aquellas faltas inexistentes, dando por válidos goles ilegales o pitando penaltis que no lo son. Los niños deben de ser conscientes de esto, oponerse a esa adversidad y tratar de buscarle el lado positivo. En ningún momento está permitido el enfado, la protesta o la réplica ya que conllevará un punto negativo a sumar al resultado final. Esta vez no ganará el equipo que más goles meta en la otra portería, sino el que menos puntos negativos obtenga.

**B) Situación de inferioridad numérica y derrota probable:** se jugará un partido de fútbol algo peculiar. En un equipo habrá justo el doble de jugadores que en el otro. Consistirá en que el equipo con la mitad jugadores sepa oponerse a esta adversidad, gestionando bien la frustración de la más que posible derrota deportiva por inferioridad numérica y aprendiendo a que a veces se dan situaciones adversas en el deporte contra las que hay que luchar. Con el fin de no lastimar la moral de los niños, cada 8 o 10 minutos los equipos cambiarán y todos los jugadores pasarán por ambos equipos.

#### **4.2.4. Aumento de la atención y capacidad de concentración**

Antes de nada, es necesario realizar una pequeña introducción conceptual de lo que significan cada uno de los dos términos. Por un lado, el término atención "procede del latín, como muchos vocablos castellanos, y se refiere a tender hacia, implicando una tendencia o propensión del sujeto a entrar en contacto (visual, auditivo, táctil, cerebral, etc.) con algo en concreto, sea ese algo muy particular y específico (concentrado en ello) o más amplio o genérico (atento o alerta a lo que ocurre)" (Morilla, 2002). Podríamos decir que la atención consiste en la focalización u orientación de la energía de un

individuo hacia una dirección de un modo consciente o inconsciente en el transcurso de una actividad y con el fin de lograr un objetivo que en nuestro caso será la consecución de cualquier actividad o ejercicio o incluso la victoria grupal del equipo en un partido. Tal y como apunta Guía Infantil (2012) “a través de la atención, nuestra mente puede centrarse en un estímulo de entre todos los que hay a nuestro alrededor para ignorar todos los demás”. En cambio, con la concentración, una de las habilidades fundamentales en el proceso de conocimiento, mantenemos la atención focalizada sobre un punto de interés, durante el tiempo que sea necesario. Sin concentración es prácticamente imposible aprender algo, por tanto, la concentración es imprescindible para el aprendizaje de cualquier concepto o nueva habilidad, por lo que va a tener un papel fundamental en este Proyecto y que debemos de dedicar tiempo y espacio.

La cuestión de la atención y la concentración en el deporte se puede abordar desde dos perspectivas diferentes. La primera de ellas se refiere a la importancia de ambas en el éxito deportivo, puesto que como bien sabemos y debería de saber todo aquel vinculado al deporte, la atención y concentración, en muchas ocasiones tienen más influencia en la victoria o derrota de un equipo que cualquier otra habilidad técnica. Es decir, el deportista, según explican Guallar y Pons (1994), puede estar muy bien preparado física y técnicamente para afrontar la competición, incluso puede presentar unos niveles óptimos de motivación, sin embargo, si no es capaz de centrarse y mantener la concentración a lo largo de toda la prueba, los resultados no serán nunca todo lo buenos que podrían llegar a ser (citado en Universidad País Vasco, 2012). La segunda de las perspectivas de las que hablábamos, hace referencia a las posibilidades y los beneficios presentados por el deporte para mejorar tanto atención como concentración en los niños, es decir, suponiendo el deporte como una herramienta para trabajar ambos aspectos.

Una vez introducidas ambas perspectivas, es momento de ahondar un poco más en cada una de ellas. Respecto a la primera, debemos de decir que aun cuando históricamente no han gozado del interés investigador de otros procesos psicológicos, la atención y la concentración son consideradas por la

mayoría de los expertos como dos de las variables psicológicas más importantes e influyentes en el logro del éxito deportivo (Universidad País Vasco, 2012). En grandes eventos deportivos como un Mundial de fútbol o una Eurocopa de baloncesto, donde se requiere el máximo de todos los jugadores durante varios días, una breve pérdida de concentración puede echar por tierra todo el trabajo realizado con anterioridad y afectar seriamente al resultado final. Tal y como Universidad País Vasco (2012) argumenta en uno de sus trabajos sobre deporte y atención, diremos que cuando un deportista tiene una buena preparación física y sus habilidades técnicas y tácticas son aceptables, el hecho de conocer y dominar los procesos atencionales no sólo le facilita la ejecución de la tarea sino que, además, la probabilidad de que se produzca el éxito deportivo se incrementa notablemente. Esto es, sólo cuando el atleta consigue focalizar y mantener la atención en los estímulos realmente importantes de la tarea, sólo cuando es capaz de alejar los pensamientos negativos de su mente y evitar cualquier otra forma de distracción, sólo entonces se puede hablar legítimamente de aprovechamiento de los recursos y de optimización del rendimiento (Universidad País Vasco, 2012). Finalmente y para cerrar lo referente a esta perspectiva diremos que Dosil (2004, 177) argumenta que “el control de la atención y la concentración debe ser uno de los objetivos a tener en cuenta en cualquier programa de entrenamiento psicológico y una habilidad que deberán perfeccionar tanto los deportistas como los entrenadores”.

Consideramos que para profundizar en la segunda de las perspectivas, aquella que nos interesa para nuestro Trabajo y que hace referencia al deporte base como herramienta para mejorar la atención y concentración, debemos de introducir unos pequeños consejos que hemos obtenido en Guía Infantil (2012) acerca de la mejora de atención y concentración en niños y de este modo, poder vincular cada uno de esos consejos al deporte. Esto es, citaremos en primer lugar el consejo impartido por Guía Infantil (2012) y tras ello, haremos nuestra particular aportación.

En primer lugar, se habla de evitar distracciones. Guía Infantil (2012) propone para una buena atención y concentración prescindir de todo aquello

que pueda distraer al niño hablando tanto de problemas personales o de familia como de falta de objetivos o ruidos. Nosotros aplicaremos esto situando a los niños para la práctica de los ejercicios deportivos en lugar tranquilos, sin muchos estímulos visuales, con materiales muy sencillos y sin público en un principio para lograr focalizar su atención en nosotros y no en el graderío. Respecto al aspecto de prescindir de problemas personales o de familia es una tarea complicada puesto que no vamos a convivir con ese niño ni conocemos mucho sobre su situación personal, pero siempre trataremos de estar pendiente de cualquier modificación en el comportamiento o actitud de cada uno y hablar con los padres si fuese necesario.

Como segundo consejo se propone la diversificación de las tareas, esto es, aplicado a nuestras actividades significa no tener al niño realizando continuamente el mismo ejercicio deportivo durante una hora puesto que únicamente obtendremos hastío y desmotivación, además de esa falta de atención y concentración que tanto queremos evitar. Guía Infantil (2012) afirma que “los cambios ayudan a iniciar el proceso de atención y así el niño podrá mantener la concentración por más tiempo”.

El tercero de los consejos recae sobre la creación de rutinas y hábitos diarios en las tareas de los niños. Guía Infantil (2012) hace referencia a los deberes y ejercicios de estudio de los niños, pero esto es perfectamente aplicable para nuestro Proyecto. La práctica deportiva, bien sea semanal, quincenal o mensual, a una hora fija para conseguir un buen rendimiento cerebral ya que el niño es consciente de que ese será su tiempo de deporte y podremos obtener unos mejores resultados. Se dice que “si una persona se acostumbra a hacer el esfuerzo de concentrarse todos los días a la misma hora, al cabo de unos días logrará que su mente se concentre con más facilidad a esa hora” (Guía Infantil, 2012).

En el cuarto consejo de Guía Infantil (2012) se habla de marcar tiempos, es decir, es necesario establecer un tiempo para realizar cada tarea o actividad y que se exija realizarla en el tiempo previsto. Esto debe constituir una exigencia fundamental en nuestras actividades puesto que generalmente los

monitores y entrenadores deportivos no disfrutan de demasiado tiempo y será importante que los niños respeten las pautas de tiempo diseñadas.

Por supuesto, como quinto consejo, no podemos olvidarnos de la organización de tareas. En momento es los que el niño se encuentre más descansado es cuando debemos aprovechar para introducir aquellas actividades que requieren de más esfuerzo o intensidad, ya que obtendremos mayores resultados.

Guía Infantil (2012) establece prioritario también “centrar la mente”, esto es, antes de iniciar cualquier práctica dedicar unos minutos iniciales a situar al niño en lo que va a realizar posteriormente. Esto lo podemos conseguir realizando cualquier juego de calentamiento que además de la mente, estableceremos un buen hábito deportivo que previene lesiones en los deportistas.

Se considera que es muy importante que el niño tenga claras las metas y objetivos a alcanzar. Antes de cada ejercicio y junto a la explicación del mismo, el monitor o entrenador deportivo deberá plantear a los niños el objetivo del mismo con el fin de ir adquiriendo esa capacidad de focalizar una mental. Además, si se empieza a competir y aunque no situemos la victoria como algo importante, se les pueden introducir pequeños objetivos deportivos con el fin de mejorar su rendimiento puesto que tal y como indica Guía Infantil (2012, 1) “cuando queremos algo de verdad y con fuerza, movilizamos muchos de nuestros recursos para tratar de alcanzarlo”. Por tanto, si el niño tiene claro su objetivo, pondrá mucho más de su parte para conseguirlo.

En cuanto al consejo número ocho de los que Guía Infantil (2012) imparte se hace referencia a los descansos y la necesidad vital de los niños para tener uno. La capacidad física y mental de un niño no es comparable a la de un adulto por lo que es preciso alternar momentos de descanso cada cierto tiempo, donde el niño deberá reponer fuerzas y así conseguiremos recuperar su concentración.

Finalmente, Guía Infantil (2012) habla de sintetizar y resumir una vez cumplida la tarea. Es altamente recomendable que una vez finalizada una sesión de entrenamiento se realice un proceso de retroalimentación o



*feedback*, como se conoce en inglés, en el cual los niños y el profesional encargado de dicha actividad intercambien opiniones. El adulto deberá de obtener información acerca de lo que ha gustado y lo que no, y por otro lado ha de tener la suficiente habilidad como para motivar a los niños de cara a futuras sesiones y así conseguir en ellas más atención y concentración.

Partiendo de esta base de consejos, hemos de diseñar el conjunto de las actividades para obtener buenos resultados en nuestro Proyecto, ya que ha quedado demostrado que la atención y concentración en el deporte base son piezas fundamentales que no debemos de obviar.

El trabajador social, incluido dentro de ese equipo multidisciplinar en el que participa, tiene que delegar de modo que esta sea una de las facetas importantes a trabajar con los niños. Sabemos que tanto atención como concentración, una incluida en la otra, han de ser primordiales en el éxito de los niños puesto que no vamos a conseguir ninguno de nuestros objetivos con ellos si todos ellos no están lo suficientemente concentrados en las tareas. Es quizás uno de los retos más importantes del trabajador social que ha de trabajar antes y después de las actividades con ellos, ya que tiene que estar pendiente después de que esto se cumpla en los ejercicios y los niños se mantengan concentrados durante todo el proceso de aprendizaje deportivo.

#### **4.2.4.1. Actividades para trabajar la atención y la capacidad de concentración**

Esta vez, haremos uso de una serie de juegos que sin llegar a pertenecer a un deporte específicamente tienen como base la actividad física y deportiva.

**A) “Relevos con jarra”:** la dinámica de este juego es simple y podemos prever que va a resultar muy divertida para los niños. Formaremos dos equipos equilibrados numéricamente y trazaremos un recorrido a seguir. El encargado de dirigir la actividad dará la voz de salida y los niños competirán en una carrera con una peculiaridad. Previamente habremos seleccionado un recipiente más o menos grande en función de la edad de los niños, y lo habremos llenado de agua. Este recipiente será colocado en sus cabezas y no podrán hacer uso de las manos para impedir que caiga. Los niños deberán de

realizar una carrera de relevos siguiendo el recorrido pautado pero poniendo especial atención y cuidado a ese recipiente que tienen en la cabeza. Ganará el equipo que complete la prueba con más agua en su recipiente. Si no disponemos de un recipiente, podremos probar y recortar la parte inferior de una botella o incluso de una garrafa de agua con el fin de utilizarla como "jarra". En definitiva, van a ser muchas las opciones para este juego y la originalidad del adulto responsable tiene que jugar un importante papel.

**B) "1,2,3 y 4":** además de trabajar la atención y concentración del niño, a través de este ejercicio conseguiremos incrementar sus reflejos y lo mantendremos vivo y despierto de cara al resto de la sesión, por ello, podemos suponer que puede resultar muy beneficioso utilizar esta actividad a modo de calentamiento. Situaremos al grupo en una fila horizontal de modo que todos los jugadores estén de cara y mirando al adulto responsable que guía la actividad. Se relacionará cada número con una acción de manera que el 1 equivaldrá a dar un salto, el 2 a dar una vuelta sobre el propio eje, el 3 sentarse en el suelo y el número 4 significará realizar una carrera hacia un punto de referencia previamente marcado. El adulto irá diciendo números de modo que los niños estén alerta, concentrados y muy pendientes de lo que el adulto dirá para realizar correctamente el ejercicio sin equivocarse. No ganará ni perderá nadie.

**C) Rivales:** formaremos dos equipos equilibrados numéricamente. Cada niño se sentará en el suelo opuestamente con su espalda enfrentada a la de otro de sus rivales, que durante el juego será su pareja. Uno de los equipos será llamado "Par" y el otro "Impar". La dinámica consiste en que aquel que esté dirigiendo la actividad dirá números al azar, de modo que si resultan ser pares el equipo "Impar" debe de alcanzar a su pareja rival del equipo "Par" antes de que éste llegue al punto de referencia que se habrá fijado previamente. El juego puede complicarse realizando sumas o restas que los niños habrán de resolver y correr en una u otra dirección en función del resultado. Este juego resulta muy beneficioso ya que obliga a los niños a mantenerse alerta, tener una gran capacidad de reacción y estar concentrados

para realizar rápidamente una suma, una resta o simplemente valorar si el número citado por el adulto ha sido par o impar.

**D) Ping-pong:** es un juego de raqueta que se puede jugar entre dos jugadores o dos parejas siendo el área de juego una mesa. Las raquetas y pelotas presentan unas características muy diferentes a las de tenis; la raqueta es de madera y goma mientras que la pelota será de un material celuloide o plástico. La atención y concentración revierten una importancia especial en este deporte dada la rapidez con la que se desarrolla el juego, lo que resultará muy útil para nuestro Proyecto. Las jugadas son muy rápidas, la pelota adquiere gran velocidad en un espacio físico muy reducido y obliga a los participantes a estar despiertos y atentos si quieren conseguir la victoria en el partido. La creación de un torneo de ping-pong es una herramienta segura de diversión para los más jóvenes donde además de que te garantizas trabajar esos niveles de atención y concentración, se pueden lograr otras muchas cosas como el fomento del compañerismo y la creación de sentido de equipo ya que existe la posibilidad de jugarlo también en parejas.

#### **4.2.5. El deporte como instrumento de sociabilidad entre las personas**

El deporte, esta vez hablando específicamente del deporte en grupo, como útil herramienta que es para el trabajo con niños, también favorece la sociabilidad de aquellos que lo practican. Se puede apreciar buen grado de interacción en el deporte en acciones como: tolerar los fallos de otros miembros del equipo o grupo, prestar ayuda a los demás, sin esperar beneficio a cambio, aprender a expresar sentimientos hacia los demás, preocupación e interés por los demás, aprender a reconocer los errores cometidos, buscar los beneficios del grupo antes que el beneficio personal, hacer ejercicio porque lo hacen otros compañeros, controlar las emociones personales (Gutiérrez, 1995).

Esto no es algo que nosotros o un autor afirmemos sin base científica alguna, sino que existen estudios importantes al respecto que corroboran la información. En Dinamarca, en el año 2010, un grupo de profesionales de la Universidad de Copenhague, analizó diversas compilaciones de trabajos sobre

los efectos que causaba la práctica del fútbol en hombres, mujeres y niños. Las conclusiones y resultados del estudio se publicaron en una edición especial de la famosa revista médica "Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports", y supusieron un pequeño impulso más para los deportes de equipo y dejaron claros los beneficios de su práctica (Medicine and Health, 2010).

Entre otras cosas en las que no cabe ahora ahondar en exceso, en este estudio se demostró que deportes de equipo como el fútbol suponían un mayor beneficio que practicar footing o jogging, esto es, correr. El líder de la investigación, el doctor Peter Krstrup indica en la publicación que "la práctica en equipo ofrece muchos factores motivacionales positivos y sociales, que facilitan el cumplimiento y aportan al mantenimiento de un estilo de vida físicamente activo" (citado en Medicine and Health, 2010).

Por tanto, además de todas las contribuciones saludables, cardiovasculares, metabólicas y motoras, con la práctica de los deportes de grupo se mejora un aspecto que a nosotros nos va a interesar mucho en este apartado: la sociabilidad. Este aspecto, que fue uno de los más examinados en el estudio, dio muestras claras de la infinidad de beneficios que podría aportar un deporte de equipo respecto a otro individual. Se comparaba el fútbol con el atletismo, y a pesar de que tanto los futbolistas como los corredores entrenan en grupo, hay diferencias significativas en la forma en que los integrantes interactúan entre sí y su grado de compromiso. Se concluye que los corredores están más centrados en sí mismos como individuos, mientras que para los jugadores de fútbol el concepto de "equipo" es mucho más importante por encima de cualquier éxito individual. El informe cita que "el hallazgo sustancial es el agregado de la interacción social que estimula la práctica en el largo plazo" (citado en Medicine and Health, 2010).

Además, estos datos fueron apoyados cuando un año después del estudio, gran cantidad de las personas bajo seguimiento continuaron jugando al fútbol, algo que ocurrió en menor cantidad entre los corredores. La explicación que hace Medicine and Health (2010) reside en que "los futbolistas estaban más comprometidos con la actividad misma, incluyendo la diversión y el no decepcionar a sus compañeros de equipo".

En nuestro Sistema de Salud, existen diversos casos en los que médicos y pediatras recomiendan la práctica de algún deporte de equipo como medio de sociabilización a niños introvertidos o más retraídos, que tienen problemas en el colegio para relacionarse con sus compañeros. Se considera que estos menores podrían mejorar sus habilidades sociales y de comunicación participando en actividades deportivas de equipo.

Una vez hemos afirmado el poder de sociabilidad de este tipo de deporte, nos parece importante hacer mención a los ya tan utilizados conceptos de grupo y equipo deportivo, que a pesar de parecer similares no lo son y tienen una diferenciación teórica. Por un lado, un grupo es simplemente un colectivo o conjunto de personas que podemos encontrar en diferentes ámbitos y para el que existen múltiples tipologías. Por otro lado, podemos decir que un equipo deportivo es precisamente un grupo pero con características especiales y específicas derivadas de la actividad deportiva y de su propia dinámica (García-Mas y Vicens, 2003). Se puede considerar por tanto a los equipos como grupos con identidad en los que se ha predefinido un objetivo y en el cual se exige la cooperación de sus miembros.

García-Mas y Vicens (2003) señala que “una característica que apoya el cambio del grupo al equipo deportivo es el elevado índice de proximidad física durante fases de tiempo muy importantes, como puede ocurrir en el vestuario, las concentraciones, los desplazamientos y en el campo de juego o competición”. Esta cuestión es fundamental en niños de corta edad, los cuales magnifican todo y potencian sus sentimientos, de modo que al vivir estas experiencias unirán con mucha fuerza los lazos con sus compañeros pudiéndose formar verdaderas amistades y relaciones de larga duración que sin duda van a mejorar el buen ambiente facilitando el éxito grupal, puesto que si un grupo de niños está a gusto y conforme todas las actividades y ejercicios planteados son enfocados desde otra perspectiva que si ese grupo no estuviese forjado y cohesionado.

Gutiérrez (2003) realiza una observación respecto a esta cuestión y argumenta que desde que nacemos, buscamos constantemente el vínculo y las relaciones con otras personas y cuando somos capaces de logramos es cuando

obtenemos satisfacción. Por tanto, y según este autor se puede afirmar que en el ser humano algo que podemos denominar como necesidad de contactos sociales o necesidad de afiliación. Finalmente, concluiremos diciendo que “el deporte es para algunos practicantes una excelente ocasión de relacionarse con otros, de entrenarse en grupo, de tener proyectos comunes con otras personas, de establecer nuevas relaciones” (Gutiérrez 2003, 92).

El trabajador social, quien queremos que sea el impulsor y aquel que proponga continuamente las actividades y las pautas a seguir durante la ejecución de este Proyecto, debe de jugar también un papel importante en esta sociabilidad de los niños. No se puede conformar con observar desde la lejanía o apuntar ciertas actitudes de los menores, sino que entendemos que tiene que tomar contacto con los menores, abrirse a ellos y aunque siempre dejando claro el límite entre el profesional y el usuario, hacer gala de su experiencia y favorecer la sociabilidad de aquellos mejores que interprete que se encuentran en peores condiciones para lograrlo. Aunque las actividades para trabajar la sociabilidad se realizarán con todos los niños del grupo, si que se puede trabajar aspectos individuales con algunos niños más retraídos o tímidos con el fin de, respetando la personalidad de cada uno, mejorar el trato de ellos con el resto del grupo.

#### **4.2.5.1. Actividades para trabajar la sociabilidad**

Necesitaremos en este punto trabajar aspectos y ofrecer posibilidades que pasen por el contacto físico directo entre los niños, preferiblemente realizado todo ello al aire libre y tratando de que los ejercicios contengan exigencias físicas donde el menor pueda correr junto a sus compañeros pero a la vez, sentirse libre. Necesitamos que los niños obtengan plenitud, se toleren y respeten y sobre todo y muy importante respeten las reglas de juego de modo que así, aprendan también a que en la vida existen unas pautas, unas normas que para que todo se desarrolle con éxito es preciso cumplir.

Esta vez únicamente vamos a destacar una única actividad que pasará por realizar un juego conjunto entre todos, al que se le pueden incluir muchas variantes a la merced de la originalidad del que la dirige. Este juego no es otro

que el de las **“Sardinas en lata”**. Los niños en este juego correrán libremente por un espacio al aire libre hasta que el responsable de la actividad diga un número que será como máximo el del número total de niños del grupo. Una vez este número haya sido dicho, los niños han de agruparse y formar una lata de sardinas, esto es, se tumbarán en el suelo de modo que la cabeza de uno esté al lado de los pies del otro y así sucesivamente. Se pueden ofrecer alternativas y complicarse el juego proponiendo sumas, restas, multiplicaciones o divisiones (siempre teniendo en cuenta la edad de los niños) con el fin de dinamizar la actividad y alargar el tiempo de duración de la misma. Como punto y final al juego el adulto ha de decir el número que coincida con el número total de niños, de modo que se cree “una gran lata de sardinas” donde se pueda percibir la buena cooperación de los niños y el trabajo aunado de todos ellos. Además, el niño participando en juegos como este se acercará a sus compañeros, ante los que puede tener algún temor derivado de alguna mala experiencia y comprobará como todos juntos también pueden divertirse, ser amigos y compartir espacio de ocio.

#### **4.3. Valores sociales**

El segundo punto que se pretende abordar en la elaboración y ejecución de este Proyecto es el del desarrollo y la inculcación de una serie de valores sociales en los menores con los que trabajemos a través de la práctica deportiva. Una de las razones por las que hemos decidido conveniente enfocar este Trabajo hacia los niños y jóvenes es porque pueden ser todavía “moldeables”. Esto es, se están formando todavía, tanto físicamente, como, lo que más nos interesa a nosotros, psíquicamente y moralmente. Por lo tanto el intentar integrar en sus personalidades unos valores de la sociedad en la que convivimos, considerados positivos y beneficiosos, tanto para ellos, como para la gente con la que se rodea, puede resultar tarea interesante y todo un reto.

Para empezar pues con esta tarea, creemos necesario dejar claro que entendemos por valor, para lo cual nos parece clara y acertada la definición que hace Gutiérrez (1995, 27); “Los valores suponen una concepción de lo deseable, de lo preferible frente a lo opuesto, son preferencias obligatorias

aprendidas en el proceso de socialización. A través de ella, -escuela, familia, entrenadores, medios de comunicación social- los jóvenes van formando su autoconcepto". Adquiridos a través de procesos de socialización y de transmisión entre seres humanos, de los contextos que configuran valores y actitudes se puede hacer una división en tres generales atendiendo a este autor: sociocultural, familiar y escolar/deportivo, pudiendo estar presente la práctica deportiva en los tres en mayor o menos medida. La interiorización de una serie de valores interviene en la toma de decisiones morales y de otras clases, examinando las propias prioridades sobre que se intentará lograr y cómo.

Viene entonces la cuestión de determinar qué grupos son los más influyentes en la asimilación de valores o en qué medida familia, escuela y amigos o medios de comunicación, transmiten una serie de valores diferentes entre sí o no, y cómo los entienden y repercuten en sí mismo, en el sector de población que nos concierne a nosotros en el presente Trabajo: los niños y jóvenes.

No resulta nada novedoso asegurar que la familia es una de las principales fuentes de "alimentación" de valores sociales, sin embargo, como lo que nos concierne a nosotros con mayor dedicación es un ámbito educativo, nos centraremos a continuación en la escuela y de alguna manera también de forma más especial en la materia más relacionada con el deporte que en las mismas se imparte; la Educación Física. Bien es cierto que en lo teórico se expresa la intención de que la escuela no eduque sólo en conocimientos sino también en valores, sin embargo, parece que esto falla de alguna manera como expresa Gutiérrez (2003, 51) a continuación; "La mayoría de los planes de estudio de los diferentes países consideran que 'el fin al que debe dirigirse el sistema educativo es el pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos, lo que incluye la formación no sólo en materias científicas, técnicas o históricas, sino también en valores'. Sin embargo, así como los contenidos y procedimientos han sido asumidos, abordados y desarrollados más fácilmente en cada uno de los contextos educativos, lo relativo a las actitudes y valores, por razones diversas, sigue siendo la asignatura pendiente, tanto en educación



física y deportiva como en otras materias escolares". La relación entre ecuación y valores se viene registrando legislativamente en nuestro país y fuera del mismo desde hace muchos años hasta la actualidad; Declaración Universal de Derechos Humanos, 1948; Constitución española, 1978 cuando en su artículo 27.2 especifica lo siguiente: "la educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana en el respeto a los principios democráticos de convivencia y a los derechos y libertades fundamentales"; LOGSE, 1990 o LOE, 2006 (Montero, 2008)

Y es que parece claro que para el desarrollo moral y personal de los menores a través del deporte no es suficiente tan sólo con la misma práctica deportiva, sino que se deben desarrollar una serie de programas específicos, lo que puede implicar mucho tiempo en su elaboración (Pujadas i Martí et al, 2006, 37). En relación a el aprendizaje de valores en la educación española cabe mencionar la circunstancia en nuestro país de la aprobación en 2006 de una nueva asignatura denominada Educación para la ciudadanía, cuyos objetivos parecen ser educar en valores, pero que sin embargo supuso y sigue suponiendo una gran polémica en cuanto que determinados sectores conservadores de población no creen en las buenas intenciones de dicha materia, afirmando que tras ella se esconden dosis de adoctrinamiento.

Pero volviendo al trío 'educación-valores-deporte', nos toca hablar más de la Educación Física, como instrumento para los educadores de desarrollar el aprendizaje en valores que nosotros proponemos. Estamos firmemente convencidos de que la Educación Física en el sistema escolar se adaptará con más fuerza al presente y futuro si va más allá de lo que es la simple actividad física. Cuenta con una serie de medios como pueden ser ejercicios, juegos, danza, etc., con un enorme potencial, no sólo físico, sino también psicológico y social. Puede contribuir en el individuo positivamente en la adquisición de responsabilidades, estilos de vida, desarrollo físico, mental, emocional, social y moral, etc. En conclusión, en el desarrollo integral de la persona (Gutiérrez, 2003). Es pues una buena observación general de todo esto, la siguiente afirmación; "La educación física alcanza su verdadero valor educativo no sólo como factor desencadenante de mejoras biológicas o higiénicas (condición

física y salud) y mejoras perceptivas (esquemas), sino también psíquicas (inteligencia, afectividad) y espirituales (morales y éticas)" (Gutiérrez 2003, 55).

En cuanto al papel de los medios de comunicación, es cada vez más importante e influyente en todos los sectores de población, y como no podía ser menos, en los menores también. Más que la radio o la prensa, los niños y jóvenes están expuestos diariamente a horas de televisión. La violencia es uno de los aspectos más estudiados en cuanto a la transmisión de este concepto y la asimilación por parte de los más jóvenes. Las horas dedicadas al deporte en dicho medio de comunicación son muchas, y por lo tanto, la transmisión de valores que pueden resultar tanto positivos como negativos a través de la misma es algo que tenemos que tener en cuenta. Situaciones de violencia, rivalidad, triunfo y éxito por encima de todo, o también de deportividad, respeto, salud, trabajo en equipo, son aspectos que pueden aparecer ocultos en transmisiones informativas deportivas diarias. También se deben de tener en cuenta programas televisivos deportivos dirigidos de forma concreta a niños, como pueden ser series animadas como Oliver y Benji, los cuales promueven valores de ambición y triunfo, pero que a la vez promueven otros como compañerismo, cooperación y trabajo en equipo, superación, amistad, etc.

Teniendo claro pues el concepto de valor y desde dónde se adquieren, toca contestar ahora a la difícil cuestión de cuáles son los socialmente aceptados por el conjunto. Resulta muy complicado responder a esto por diversas razones, vivimos en una sociedad que cambia constantemente y consecuentemente, también lo hacen los valores de ésta. Así mismo, ya que cada uno de alguna forma los interioriza e diferente forma y de diferentes fuentes, los valores de una persona, pueden ser diferentes a los de la sociedad en general. Encima, cabe añadir que los de una misma persona son susceptibles de cambiar a lo largo de su vida debido a relaciones, hechos puntuales, etc. y se produzca una desestabilización del sistema de valores con una consecuente reorganización. Además, también se puede dar la circunstancia de que una misma sociedad albergue distintos grupos sociales

con distintos valores. Sin embargo, por norma general, al depender los personales de sobre todo factores sociales, normalmente una sociedad posee unos valores que inculca a sus miembros. Es por esto que los que en este Trabajo vamos a querer desarrollar a través del deporte son socialmente aceptados como positivos y beneficiosos para la vida en la comunidad.

Como el sector de población al que van dirigidos nuestros esfuerzos son los menores, nos parece interesante reflejar las reflexiones de Piaget (en Gutiérrez, 1995) a cerca de la evolución del sistema de valores en los niños y la juventud. Según este estudioso suizo, hasta los siete años y por su egocentrismo, los valores que dirigen las acciones de los niños van en función del placer que éstas les produzcan, sin embargo entre los 8 y los 12 años, supera dicho egocentrismo y a través de las relaciones con los demás hace propios los valores de la sociedad en la que se encuentra. La pubertad supone un desmoronamiento del mundo infantil de los valores, cuando se produce la creación de la propia e independiente escala de valores, aparece aquí el concepto de conciencia, realiza acciones según lo que le dicte ésta. En la adolescencia se produce en el sujeto la búsqueda del yo ideal, de la autonomía personal, por lo que va prescindiendo de normas sociales establecidas.

No realizamos este Proyecto sin la consciencia de que ya anteriormente se han realizado demostraciones de la posibilidad del aprendizaje de valores en niños a través de la práctica deportiva. Un Plan Estratégico llevado a cabo en la ciudad de Barcelona en el año 2008 trataba sobre el fomento de la práctica físico-deportiva considerando: "(...) sus posibilidades como elemento generador de calidad de vida y salud, de modelos de participación ciudadana y de integración social" (Sánchez, 2010). Otro ejemplo de esto es el experimento que hicieron Bredemeier y sus colaboradores en un campamento deportivo de verano en Oregón. Se dividió a los niños en tres grupos, el primero fue sometido a un aprendizaje de código de reglas, de enseñanza de la educación física tradicional; en el segundo cuando surgieron cuestiones morales se instó a los niños al diálogo y a la discusión constructiva y un tercer grupo fue orientado en conductas pro-sociales. Habiéndose llevado a cabo pre-test y post-test sobre el razonamiento moral a los niños, las conclusiones fueron que en

los dos últimos grupos se habían producido cambios en el razonamiento moral y no era tan evidente en el grupo sometido a la educación física tradicional, (Gutiérrez, 1995).

De cara a promover valores a través del deporte, Gutiérrez (1995, 228-236) propone una serie de sugerencias y consideraciones tanto a padres, profesores, entrenadores, espectadores, etc. entre las cuales nos parece interesante destacar:

- Propiciar la práctica deportiva conjunta, como experiencia compartida, más enriquecedora.
- Inculcar el espíritu de disfrute de la actividad por encima de cualquier otro interés.
- Hacer ver los beneficios físicos y de salud, pero también psicológicos y sociales de la práctica deportiva.
- Hacer ver al adversario como un colaborador en el juego, promover el respeto a los demás y a las reglas del juego.
- Tras la práctica deportiva competitiva no dar primera importancia a la victoria o derrota como a si se ha disfrutado. Evitar reconocer únicamente los resultados.
- Evitar establecer diferencias entre los más capaces y los menos.

Para finalizar esta sección nos parece oportuno transcribir la siguiente cita con el objetivo de dejar clara la interrelación de los valores sociales y el deporte: "En la vida cotidiana, los valores pueden ser expresados como cosas deseables para conseguir un mundo en paz, la salvación personal o la honestidad; en el deporte, puede incluir no sólo criterios de éxito, como ganar o jugar bien, sino también *fair play*, deportividad, amistad y tolerancia, aspectos inherentes a la calidad de la interacción durante la práctica deportiva.

Como los valores son considerados universales en el sentido de que son principios que gobiernan todos los aspectos de nuestras vidas, también deben gobernar la participación deportiva" (Gutiérrez 2003, 79)

#### **4.3.1. Respeto y tolerancia, igualdad y justicia**

Dos importantes valores con los que queremos empezar a abordar esta parte del trabajo son el del respeto y la igualdad, y cómo creemos poder alcanzar una sociedad más igualitaria a través de la práctica del respeto. Se trata de dos valores sociales aceptados como beneficiosos para la cotidianidad de la vida comunitaria y que repercuten en el desarrollo de una sociedad más justa e intercultural, entre otras cuestiones.

Por respeto entendemos la acción contraria a desmerecer o menospreciar acciones, pensamientos, comportamientos, sentimientos, culturas, etc. por sí mismos, porque conlleva cierto valor o reconocimiento. Comenzaremos con el respeto diferenciando en el mismo dos tipos con respecto a la persona, el propio, el respeto personal por uno mismo, por lo que es, físicamente, carácter, personalidad, limitaciones, etc.; y el respeto por lo demás, por el que no es como uno mismo, por razones cuales sean como la edad, el género, la raza, la cultura, etc. Dentro del terreno deportivo nos inclinaremos en este aspecto un poco más en lo que puede ser el respeto al compañero de equipo, al entrenador, al adversario, al árbitro o a las mismas reglas del juego, como argumenta Gutiérrez (1995, 126), se puede tratar de “respetar a los adversarios, respetar los puntos de vista diferentes a los propios, jugar limpio, aunque ello suponga desaprovechar ciertas ventajas que mejorarían resultados, aceptar sin discusión las decisiones de jueces y árbitros, aprender a reconocer los errores cometidos, reconocer una buena actuación de un adversario”.

Como muy bien podemos apreciar, dentro del ámbito deportivo, son numerosas las circunstancias en las que el concepto de respeto tiene cabida y por ello que nos parece una buena herramienta el deporte para extraer del deporte este valor, e inculcarlo en los niños para su vida personal, con el objetivo de que resulten en personas más tolerantes. Este último adjetivo, muy similar, si no sinónimo del respeto, la tolerancia. Son dos términos que van unidos de la mano, pues por una persona tolerante entendemos que es aquella que respeta los pensamientos, sentimientos, culturas, razas, etc., aun siendo muy diferentes de los propios, valorándolos dentro de un contexto o

unas circunstancias. Una persona respetuosa podrá ser tolerante, sin respeto no hay tolerancia, y con ambos términos confluyen otros que abordaremos como el de justicia o igualdad.

Como hemos mencionado, para poder respetar lo de fuera, hace falta primero respetar lo de dentro, es decir, a uno mismo, y éste se produce cuando una persona, como hemos expresado en otro apartado del trabajo, cuenta con la confianza y la autoestima adecuadas, aspecto para el que es muy importante tanto el concepto de la propia persona como el estímulo externo, que en este caso vendría dado por un entrenador en un equipo deportivo o un profesor en una clase de Educación Física. El respeto por uno propio consiste en conocerse a uno mismo y aceptarse como tal, lo cual no quiere decir que no pueda cambiar aquello que hace que no se respete tanto como debería. Cada persona es un mundo diferente y en una sociedad que presiona con estereotipos físicos “imposibles”, hay que estar muy atento al comportamiento del menor en cuanto a su predisposición a la práctica deportiva. Para respetarse a uno mismo, no tiene por qué encestar siempre que tira a canasta, saltar más de tres metros o correr cien metros en menos de veinte segundos. El respeto a uno mismo radica en aceptarse cada uno como es, sabiendo hasta dónde se puede llegar y dando siempre lo mejor de nosotros mismos, aunque ello suponga no hacerlo mejor que muchos. Como defendemos, el deporte es muy beneficioso pero no es ninguna panacea, por lo que al que no se le dé bien, seguro que en otros muchos aspectos puede ser mejor.

Habiendo encontrado el respeto personal, se podrá desarrollar con mayor facilidad el respeto a lo exterior, que como hemos mencionado, en el mundo del deporte puede tratarse de muchos ámbitos. El primero es, y puesto que nuestro Trabajo gira en torno al deporte de grupo, el respeto hacia los demás compañeros de equipo. Lo consideramos una circunstancia indispensable, pilar básico sobre el que se debe sustentar cualquier grupo que persiga unos objetivos y metas comunes. Aunque ya hemos comentado que no es el tipo de deporte al que nos referimos en este Proyecto, como ejemplo claro podemos ver este concepto en el deporte profesional. No es nada habitual que

trasciendan de equipos profesionales disputas, peleas o diferencias entre sus miembros, lo cual no quiere decir que no existan, por eso cuando lo hacen suponen bastante revuelo mediático, porque no es lo normal. Más a ellos, que más que una relación de amistad o lúdica les une una relación primero laboral, son conscientes de que para que el grupo vaya bien, aunque no compartan ciertos pensamientos, gustos o demás, tienen que respetarse, a partir de lo cual, se desarrollará una relación sólida y capaz de unirse para alcanzar los objetivos comunes. El respeto por los compañeros de equipo es pues fundamental, considerándolo el primer paso a dar en la creación de un grupo, deportivo como es nuestro caso, pero también cualquier otro, de amistad, laboral, lúdico, etc.

En este punto nos podemos detener para hablar de forma más concreta de lo que la disciplina de Trabajo Social defiende y promueve, como es una sociedad respetuosa entre todos sus miembros, sin distinciones de raza, cultura, edad, género, etc. Una sociedad heterogénea, en el que la convivencia pacífica de todos sus miembros sea posible de manera que todos se puedan relacionar con todos en un ambiente de tolerancia. Debemos apoyar la no discriminación en ningún caso, e intentar educar y acabar con cualquier forma de sexismo o racismo. Creemos que a través del deporte, los trabajadores sociales podemos procurar que la gente evite cualquier tipo de conducta homófoba o xenófoba. Estamos viviendo actualmente en las sociedades modernas europeas un gran retroceso temporal en cuanto al incremento de conductas racistas, representadas políticamente por partidos políticos xenófobos con un discurso simple, que cala hondo en la población debido a la actual situación de crisis que vivimos, razón de más para proponer este tipo de proyectos.

Un buen ejemplo de relación entre deporte e interculturalidad es el ya mencionado Plan Estratégico del deporte barcelonés. Entre otras cosas nos muestra que la diversidad es algo muy positivo y que a partir de esto podremos comprender y actuar en sociedad. No sólo la raza, la religión, el origen o la cultura definen la diversidad si no muchos otros elementos como edad, género, clase social, etc., y que es necesario aceptar el gran potencial de

la diversidad, más que como un impedimento, para perseguir la cohesión social. Hace hincapié en el deporte urbano como espacio público que permite crear formas culturales híbridas, considerando que el deporte: "(...) funciona como un instrumento de fusión, un bálsamo social que ofrece una reducción de la contingencia simbólica, redundancia administrativa y seguridad ontológica" (Sánchez, 2010) Además, resulta interesante una lista que desarrolla de principios básicos a partir de los que se debe elaborar cualquier proyecto de promoción del deporte en la sociedad: igualdad, perdurabilidad, normalización, participación, coordinación, descentralización, cooperación, transculturalidad y financiación.

La figura del entrenador en un equipo deportivo, el docente en una clase de Educación Física, o el organizador que esté al cargo de una actividad de carácter deportivo como puede ser en el caso de nuestro Proyecto, se trata de un componente esencial al cual hay que mostrar respeto. Esto es así por varias razones, primero porque ha decidido o valorado la opción de encabezar dicha responsabilidad, lo cual implica cierta dedicación y sacrificio que debe ser reconocido por el grupo. Además si está en esa posición es porque goza de ciertos conocimientos, aptitudes, experiencia, etc., que lo hace valedero de posicionarse ahí, un poco por encima del resto, "sabe más", por lo que hay que apreciar sus consejos y directrices. Si bien es verdad, el entrenador se gana el respeto y se lo debe ganar, no por el hecho de sustentar esa posición se le debe veneración. Esto es, que se presupone la profesionalidad al mismo, es decir, un entrenador debe tener las cualificaciones y conocimientos que realmente merecen esa posición y no sólo eso, sino ponerlas en marcha en el equipo para el beneficio del mismo, para alcanzar tanto los objetivos personales como los grupales. El entrenador es el máximo responsable del equipo, por lo que debe responder en los malos y buenos momentos derivados de la actividad deportiva. Ejerciendo como debe un entrenador, buscando el beneficio del equipo incluso por encima del propio, se ganará el respeto de su grupo, y no siendo así, podrá ser respetado como persona pero más complicado será que siga siendo respetado deportivamente. Pero como norma general, esto no sucede en el ámbito deportivo, por lo que el líder profesional



de un grupo (puesto que puede haber otros líderes de los cuales hablaremos en otro apartado), debe ser respetado y escuchado como se merece por su dedicación.

Tratándose pues de deporte en equipo, éste normalmente conlleva competición, es decir, la lucha, siempre deportiva, contra unos rivales a los cuales batir en un terreno de juego. Es por eso indispensable tratar aquí el respeto al adversario. Se debe inculcar en todos los deportistas, pero sobre todo en los más pequeños, la idea de que los rivales son personas igual que nosotros y que buscan los mismos objetivos, que por lo tanto pueden chocar, pero no por ello debemos dejar de respetarlos como si respetáramos a los mismos compañeros de equipo. Es importante para ello lo que ya hemos comentado en alguna ocasión, el deporte debe plantearse más como un modo de entretenimiento y enriquecimiento personal, dando la importancia que se merece a la victoria y sabiendo sacar lo mejor y aprendiendo de la derrota. El respeto al rival se puede producir de muchas diferentes versiones, desde no siendo violentos físicamente por medio de agresivas faltas, o violentos psíquicamente por medio del insulto, hasta encontrar el punto medio entre no menospreciar al rival no queriendo propiciarles una abultada derrota y humillarlos de la misma manera. Se debe respetar al contrario tanto fuera como dentro del terreno de juego, durante la competición y el encuentro directo, tanto como una vez éstos finalizados.

Hablando pues de respeto al contrario, estamos hablando de alguna manera de lo que se denomina deportividad o *fair play*. Esto implica tanto lo comentado anteriormente con respecto al rival, como lo que vamos a tratar ahora: el respeto por las mismas reglas del juego. Éstas deben ser respetadas puesto que suponen de principio uno de los objetivos que en este apartado nos estamos planteando llegar a través del respeto y la tolerancia: la igualdad. En todos los deportes se supone una igualdad inicial, un punto de partida en el que todos los equipos empiezan con las mismas oportunidades que sus rivales. El respeto por las normas del deporte que se practica es importante en cuanto a que todos los equipos buscan unos objetivos que deben perseguir a través de unas circunstancias y reglas, que son iguales para todos ellos. La diferencia se

debe buscar a través del esfuerzo, la dedicación, la calidad, la técnica, la táctica, etc. pero nunca por el quebrantamiento fraudulento de algunas de las normas marcadas. Es muy importante respetarlas para que al final se imponga la justicia, y el que ha sido mejor lo haya conseguido por méritos propios, y que el resto de competidores sepa apreciarlo y darle el valor que se merece, respetando de esta manera, como hemos dicho antes, al rival. Nos han parecido buenas estas palabras de Gutiérrez (1995, 67) para acabar este punto; "La igualdad se encuentra en el conocimiento de las reglas de un deporte, aplicadas imparcialmente a todos los participantes de manera que no se pueda obtener una ventaja injusta de unos sobre otros" (Gutiérrez 1995, 67).

Por último, y enmarcado en este contexto de competición deportiva del cual venimos hablando en los dos últimos párrafos, toca comentar la muestra de respeto que merecen los árbitros o jueces de los encuentros deportivos. Como hemos comentado acerca del entrenador, está en esa posición habiendo tomado la decisión de adquirir unas responsabilidades que no todos están dispuestos a asumir, pero que sin embargo se hacen necesarias para el deporte. Además, ello en base también a unos conocimientos y aptitudes que lo hacen merecedor de esa posición. Se trata la del árbitro o juez posiblemente de la posición más difícil a asumir en el terreno deportivo, y en relación a lo que nos concierne en estos momentos, a la que más se le falta al respeto. Debe tomar decisiones de forma rápida en cuanto a la disputa entre dos personas o equipos que persiguen un mismo objetivo, por lo que la circunstancia de que uno de ellos no esté de acuerdo con una decisión tomada puede resultar normal. Sin embargo, debemos hacer ver a los más jóvenes, que los árbitros o jueces no están ahí para entorpecer nuestros objetivos, sino simplemente para velar por la aplicación de las normas que estipule la reglamentación de cada deporte. No son ni un enemigo ni un aliado, simplemente un agente necesario para el desarrollo de dicho deporte. Esta imagen que se debe inculcar a los menores, se puede ver entorpecida en numerosas ocasiones por un ejercicio arduo y a veces cruel de la prensa y los medios de comunicación de echar en cara continuamente decisiones arbitrales

y culparlos de resultados finales no acordes con sus deseos. Y ya no sólo desde los medios de comunicación, transportando esto al terreno que nos interesa por nuestro Trabajo, del deporte no profesional, del deporte de colegio, tenemos la experiencia de uno de nosotros de haber ejercido como árbitro de fútbol sala en categorías benjamines o alevines, en los cuales ciertas actitudes, ya no sólo en detrimento de la obstaculización de la labor del árbitro, si no de lo que le están haciendo aprender a sus propios hijos en conductas agresivas y carentes de respeto, son del todo deplorables. Es por todo esto labor tanto de los padres, como de entrenadores hacer ver a los niños, que los árbitros son humanos, que cometen errores como todos, como un delantero falla un penalti o como un entrenador no plantea bien un partido, pero que lo único que quieren es impartir justicia e imparcialidad y pasar lo más inadvertido posible en beneficio de la práctica deportiva.

#### **4.3.1.1. Actividades a desarrollar para inculcar el respeto y la tolerancia**

**A) “Saltarse la norma”:** Un juego que puede ser bueno para fomentar el valor del respeto es el que a continuación explicaremos. En este caso, se trataría del respeto a las reglas del juego, pero del cual se puede extraer el respeto de forma más genérica. Consistiría en un juego que nos podemos inventar, con unas reglas concretas, y no demasiado difícil de podérselas saltar. Cuando alguien se salta una norma del juego es “penalizado” de alguna manera con una regla más que tiene que desarrollar a partir de entonces. Por ejemplo, se nos ocurre colocar a varios niños en círculo y otro niño en medio. Los del círculo tienen una pelota, que el del centro tiene que interceptar mientras éstos se las pasan entre ellos. Pero como hemos dicho, debemos poner unas reglas que no se deben saltar tanto unos como otros. Los que están en círculo, no pueden mover los pies del suelo, deben recibir la pelota con las dos manos, votarla una vez, pasarla a un compañero con una mano y correctamente, pues éste no se podrá mover de su sitio. Además no podrá pasársela a cualquiera de los compañeros que se encuentren inmediatamente a su derecha o izquierda, y, provistos de petos de dos o tres colores, deberá

pasársela a cualquier compañero que vista uno de diferente al suyo. La dificultad se encuentra entonces, en no saltarse ninguna de las normas, para evitar que el del medio intercepte el balón y de esa manera, poder desprenderse del balón de manera más sencilla. En caso de no respetar alguna norma, se “penalizará” a su infractor con cosas como, ir a la pata coja, con un ojo cerrado, sólo poder utilizar un único brazo, ir de “puntillas” mientras se ejecuta la recepción y desprendimiento del balón, etc., y éstas se pueden ir acumulando. Una vez el del medio haya interceptado el balón, sin propinar golpes o provocar el desplazamiento de sus compañeros, éste pasará a formar parte del grupo del círculo y el otro tendrá que interceptar entonces la pelota y podrá dejar de realizar cualquiera de las “penalizaciones” que le hubiera sido impuesta. Eso sí, los demás del círculo que las deban hacer, seguirán con ellas hasta que se dé por terminado el juego o tengan que ponerse en el medio.

Con este juego se pretende hacer ver a los niños que las reglas, tanto del juego, como normas sociales, deben ser respetadas, y que el no hacerlo, conlleva algún tipo de sanción. Es buena ocasión esta para el trabajador social, de llevar a cabo esta explicación.

**B) “Equidad”:** Una actividad para fomentar la tolerancia, en este caso la igualdad de género y evitar la discriminación y el sexismo es organizar actividades en las que en los diferentes grupos o equipos cuenten con el mismo número de niñas como de niños. Se trata de hacer ver a los menores, que todos somos iguales e igual de importantes, hacer valer tanto a hombres como a mujeres, ninguno está por encima del otro.

Es importante, que las actividades que propongamos para este apartado sean recibidas tanto por chicas como por chicos con motivación y agrado. Si los juegos que realicemos para fomentar la igualdad entre hombre y mujeres se realizan en un ambiente de cansancio, desmotivación, pesadez, etc., seguramente no tengan tanto el efecto deseado que nosotros estamos buscando (Blasco, 2006). Para ello, una buena idea puede ser que ellos mismos organicen el juego que quieren hacer, o elijan el deporte que desean practicar. Eso sí, sin perder de vista el objetivo, y por lo tanto formando grupos en el que el balance niños-niñas sea lo más igualitario posible. No será

difícil, que ambos sexos discrepen en la elección de las actividades, llegado el caso, propiciaremos que se realicen en un mismo periodo de tiempo tanto unas como otras.

En este punto hay que destacar que depende de las edades de los menores, se pueden encontrar mas reticentes o no a “mezclarse” con sus compañeros de distinto sexo, cuestiones que van asociadas con la edad y que no deben alarmar, pero si podemos hacer cosas para que este sentimiento no se exagere de alguna manera.

Desde nuestra posición debemos asegurarnos de que todos disfruten en todo momento de las actividades realizadas y que capten el mensaje que se les pretende transmitir: hombre y mujeres somos iguales, ninguno está por encima del otro y todos juntos se pueden conseguir muchas más cosas y mejores que si estamos enfrentados.

#### **4.3.2. Solidaridad, compañerismo y desarrollo de la conciencia colectiva.**

La solidaridad es otro valor que pretendemos inculcar a los menores a los que vaya dirigido este Proyecto socio-deportivo. Para ello vamos a clarificar que entendemos por solidaridad en primer lugar. La profesora Buxarrais (1998) la define como “el valor que consiste en mostrarse unido a otras personas o grupos, compartiendo sus intereses y sus necesidades”, advierte de la posibilidad de definirla como una actitud, una virtud o un valor, y muy en relación con el concepto de justicia, al cual complementa de alguna manera.

Solidaridad es pues, la pretensión de procurar el bien para los demás, para todo el mundo, sobre todo, de los más desfavorecidos. Se trata de “meterlos” en la cabeza de los demás, entender por qué sufren, e intentar cambiar para bien dicha circunstancia. La solidaridad lleva consigo afecto, fidelidad, comprensión, apoyo, etc. Desde el punto que conlleva comprensión, estamos adentrándonos en lo que se denomina empatía, actitud que también queremos facilitar a interiorizar con este Trabajo, consistente en ponernos en la piel de los demás y tratar de comprender por qué piensa así, qué le lleva a actuar de una determinada manera, por qué dice lo que dice, etc., entender a

la persona en su conjunto, como persona en sí misma, y como persona dentro de un contexto social, familiar, cultural, relacional, etc.

Es muy importante educar en solidaridad, ya que no hacerlo tiene consecuencias en el desarrollo de una deficiente vida pública, esto es, que parece cada vez es más fácil concienciar sobre el respeto y sensibilidad hacia animales y naturaleza, y más complicado en cuanto a los seres humanos, en una sociedad en la que cada uno “va a lo suyo”, cada uno se preocupa casi exclusivamente de sus propios problemas y como mucho de aquellas personas allegadas más cercanas. No nos preocupamos como el principio de solidaridad requeriría, por las personas más desfavorecidas del planeta, las que más sufren. Si es verdad que se hacen campañas para recaudar dinero u ONGs tratan de dar visibilidad a problemas que se dan en países no desarrollados, pero bien es cierto también que no se hace cuanto se podría hacer. Esto se puede reafirmar cuando nos enteramos de las precarias situaciones de países como Haití o Somalia, sólo una vez que han sufrido una catástrofe importantísima, cuando antes las circunstancias ya eran muy malas. Además el que recibamos por medios de comunicación la transmisión de éstas catástrofes puede derivar tanto en que nos sintamos impotentes para poder “arreglar” algo de semejantes dimensiones, como que, por la reiterada y continua alusión a los mismos, despierte cierto sentimiento de agotamiento y cansancio.

No debemos olvidar que de unos años atrás hasta la actualidad, cada vez más vivimos en un mundo interconectado e interdependiente. La globalización es un hecho, y esto lo podemos verificar en numerosos aspectos como el social, cómo la “primavera árabe” de 2012 se extendió por todo el planeta; económico, de qué manera puede afectar la quiebra económica de un único país a otros; cultural, tendencias o modas compartidas por personas separadas por miles de kilómetros; o también como no en el aspecto deportivo, con competiciones mundiales que tienen pendiente a multitud de países, o legiones de seguidores de un equipo alrededor de todo el planeta. Puesto que vivimos actualmente en este tipo de mundo conectado de esta manera, el concepto de solidaridad tiene más importancia que nunca.

Pero la solidaridad no sólo tiene que ver con ayudar a las personas más desfavorecidas de países con pocos recursos, la solidaridad también se puede llevar a cabo con la persona que tengo a mi lado. Todas las personas sufrimos en algún momento de nuestras vidas y siempre es muy beneficioso que contemos con alguien que esté al lado nuestro, que nos apoye, y que nos intente ayudar en todo lo que pueda. La solidaridad de una persona se refleja en estas circunstancias en qué aspecto de su vida puedo ayudar a esa persona y cómo puedo hacerlo. Se trata de un concepto distinto de solidaridad, quizá de menor dimensión, pero que interiorizándolo, lleva consigo el otro concepto explicado, más amplio. Buxarrais (1998) expone algunas recomendaciones de cómo educar, sobre todo a los más jóvenes, en valores solidarios: "Se debe formar a personas capaces de comprender al otro, respetar el pluralismo, la comprensión mutua y la paz y, además, formadas en niveles de excelencia en el conocer y el hacer. Hemos de conseguir que los más hábiles en el conocer y en el hacer lo sean también en vivir juntos y en ser personas y que los más capaces en el desarrollo de la comprensión del otro, en el respeto al pluralismo y la comprensión internacional, y en el ejercicio de la responsabilidad sean hábiles en el conocer y el hacer"

Viene ahora la cuestión de cómo se puede apreciar el valor de la solidaridad en el ejercicio físico y deportivo. Pues aunque parezca complicado encontrarlo, no lo es tanto si hacemos alusión por ejemplo, a las limitaciones físicas que pueden presentar algunos integrantes. Con esto quiero decir, que una persona que le cueste correr, que no sepa controlar un valor o que posea problemas físicos más serios como que sea ciego, no deben suponer su exclusión en la realización de la práctica deportiva. La solidaridad consiste en este caso en acoger a todo el mundo que desee hacer deporte, comprender sus limitaciones, y adaptarlo a las circunstancias. También consistirá en la transmisión de conocimientos teóricos o prácticos de unos compañeros a otros, es decir, si por ejemplo, uno no sabe cómo regatear a un oponente o no ha entendido el ejercicio que ha expuesto el profesor de educación física, supondrá de alguna manera un ejercicio de solidaridad que otro le explique

cómo hacerlo. Intentar hacer que todo el grupo se sienta cómodo y de esa manera favorecer también el desarrollo de la actividad deportiva realizada.

Con esto estamos hablando pues también del concepto de compañerismo, de procurar que el bien del otro y evitar cualquier daño que se le pueda infligir, ya que se debe tener en cuenta que ello influirá en el desarrollo del grupo. El deporte, o como propone Gutiérrez (1995, 144); "Un importante valor que se le atribuye a la Educación Física es la capacidad de promover el compañerismo, la cohesión entre los miembros del grupo, por lo que cuando esto no se dé, sería un objetivo que habría que plantearse conseguir (...) Hacer algo por un compañero a favor de la unión del grupo, aceptar las decisiones de los demás sin crear problemas ni conflictos, respetar a los adversarios o favorecer el compañerismo entre los miembros del grupo (...) principios y normas encaminadas a mantener la estructura del grupo, a evitar su ruptura mediante la evitación de conflictos".

Es evidente que el compañerismo es un elemento esencial para desarrollar en el deporte, pero de manera especial en el deporte de grupo, como así lo es también el concepto de empatía, que puede aparecer en varios contextos que ahora vamos a mencionar. En primer lugar se debe de desarrollar la empatía con los demás miembros de un equipo o grupo, es decir, de nada va a servir que le recriminemos a alguien algo que no ha hecho del todo bien durante el juego, puesto que ya no se puede remediar. Lo mejor que podemos hacer en ese caso es intentar apoyar, entender que si no lo ha hecho del todo bien es porque no sería tan sencillo como nosotros creemos, y animar para que en una próxima vez se haga mejor. Desde fuera las cosas se ven mucho más fáciles y desde una posición muy cómoda, por eso es muy importante también que las personas que no participan del juego pero lo observan no lleven a cabo tampoco un ejercicio de recriminación, sobre todo cuando se trata de niños, que pueden sufrir más las críticas y gritos, e intentar animar siempre a todos para hacer bien las cosas. También es interesante realizar un ejercicio de empatía con el árbitro o juez que medie en la actividad deportiva. No nos vamos a volver a extender demasiado en esto, puesto que ya lo hicimos en el apartado del respeto, pero si debemos inculcar a los más



pequeños que el papel de esa persona es complicado, y que no conseguiremos que lo haga mejor recriminándole nada, ya que lo único que ello puede provocar es que se ponga más nervioso y sus decisiones sean cada vez menos acertadas. Debemos entender que es una persona humana que comete fallos no intencionados.

#### **4.3.2.1. Actividades a desarrollar para fomentar la solidaridad y la conciencia colectiva:**

**A) “Guía al ciego”:** Para el aprendizaje de la solidaridad entre las personas se nos ha ocurrido un juego en el que uno de los participantes lo haga con los ojos vendados. De esta manera se pretende hacer pensar a los niños en que se debe ayudar a las personas, y con más razón cuándo cuentan con alguna dificultad añadida. Para que este pensamiento cale hondo en la cabeza de los menores, será necesario que el trabajador social lo explique antes y después del ejercicio, hacerles ver a los niños que el gesto de hacer algo a favor de gente más desfavorecida, puede suponer mucho para el que lo recibe. En este caso hemos optado por el de los invidentes, pero otros ejemplos de cómo podríamos inculcar este valor podría ser, atando de pies o de manos a los participantes o atribuyéndoles alguna circunstancia que supusiera un hándicap para la realización de la actividad. Pero ahora pasaremos a describir el juego que se nos ha ocurrido en esta ocasión. Se puede realizar un circuito en el suelo simplemente con rayas de tiza, un circuito no demasiado complejo puesto que por éste van a tener que circular niños con los ojos vendados, pero sí con alguna curva o giro a cualquier lado. Este circuito tendrá un principio y un fin, y el que lo recorra contará con la ayuda de un compañero “solidario” que lo debe guiar por medio de la voz, indicándole cuando debe parar, girar, saltar, coger algo, etc. Se nos ocurre que el circuito, para hacerlo más entretenido para los niños, cuente con algunas pruebas dentro del mismo. Por ejemplo pueden ponerse palos que se deben saltar o pasar por debajo, colocar una pelota que se debe encestar en un cubo o dar una patada a un balón para encajarlo en algún recipiente o en una misma portería. Como decimos, el que no ve, contará en todo momento con la

ayuda de un compañero que le deberá guiar e indicar lo que debe hacer a lo largo de todo el circuito. Muy importante la labor del trabajador social, como ya hemos mencionado, de explicar a los niños la razón y el objetivo del juego.

**B) “Role-playing”:** Para desarrollar la conciencia colectiva o la empatía, lo que necesitamos es poner a todos los participantes en diferentes roles a lo largo del juego o deporte que queramos desarrollar. Como ejemplo más simple, podemos organizar una competición deportiva de fútbol, en la cual varios equipos de unos seis participantes, al acabar ésta, hayan pasado por todos los papeles. Cuando jueguen, uno será portero, otros dos delanteros, otros dos defensas y otro el entrenador. Para no hacerlo demasiado largo, en el descanso, estos roles se intercambiarán de nuevo. Cuando no jueguen, cuatro formarán parte de lo que son los aficionados y los dos restantes actuarán de árbitros, uno en cada campo, cambiándose a aficionados y dos de éstos a árbitros también en cada descanso. La competición se extenderá hasta que todos los componentes de todos los equipos hayan pasado por todas las posiciones.

Una vez más, la labor del trabajador social será esencial tanto al principio a la hora de explicar las reglas y objetivos de la competición, como durante la misma, observando las actitudes de los distintos jugadores en cada una de las posiciones y al final, en el que sería recomendable un coloquio con todos los participantes para que expresen sus opiniones, cómo se han encontrado en cada posición, en cuál han estado más cómodos y en cuál menos, si han comprendido las diferentes dificultades de cada una de ellas, etc. Los objetos necesarios serán una pelota, tizas, palos y un cubo.

#### **4.3.3. Adquisición de responsabilidades y compromisos dentro de un grupo y trabajo en equipo.**

Otro de los valores que pretendemos desarrollar en los menores es el de la responsabilidad y el trabajo en equipo, dos excelentes cualidades para ser aprendidas a través del deporte y que son muy útiles para la vida cotidiana. En nuestra vida rutinaria es muy importante tener sentido de la responsabilidad. No podemos vivir huyendo de las cosas que hacemos o de las que dejamos de

hacer, se deben tener en cuenta las consecuencias de los propios actos y una vez realizados éstos, asumirlas de manera consciente. El término responsabilidad suele ir ligado con el de madurez, parece este ciclo vital del ser humano ser con el que interiorizamos este concepto. Más bien es cierto que no todas las personas maduran al mismo tiempo, siendo algunos antes de lo esperado y algunos incluso nunca, lo cual supondrá dificultades seguramente para su vida social. Lo normal parece ser que el inicio de la madurez se ubique en el final de la infancia o adolescencia, por lo que nos parece interesante desarrollar el concepto de responsabilidad en menores y vayan asimilando ciertos aspectos que luego les hagan más sencillo todo el proceso madurativo.

La responsabilidad puede estar presente de varias formas en el deporte. El ir a entrenar dos, tres o las veces que sea a la semana, y jugar el partido los fines de semana (si así lo requiere el deporte), supone cierta responsabilidad en cuanto a que se es consciente de que se tiene que hacer eso, y no otras cosas que quizás nos gustaría hacer más. Además es importante que el deportista lleve una vida lo más saludable posible, cuidando su cuerpo alimentándose muy bien y evitando conductas nocivas para sí mismo (alcohol, drogas, fiesta excesiva, etc.), si desea de verdad dar lo mejor de sí mismo en la actividad deportiva que realice. Con esto habríamos comentado un poco las responsabilidades personales que un deportista debe asumir, mas ahora trataremos las responsabilidades que para con el grupo deportivo debe adquirir.

En cualquier grupo en el que nos encontremos, ya no sólo en el terreno deportivo, sino en cualquier circunstancia, la responsabilidad para con el mismo es un importante aspecto a tener en cuenta. Puesto que un grupo o equipo se forma para la consecución de unas metas u objetivos, cierto compromiso por parte de todos sus miembros es esencial para alcanzarlos. Para ello todos han de saber y desarrollar de la mejor manera posible sus cometidos por los cuales forman parte del grupo y ello siendo conscientes de que se está trabajando en equipo. La responsabilidad grupal es esto entonces, desarrollar nuestras habilidades lo mejor posible trabajando en equipo para alcanzar los objetivos marcados.

En el deporte en general, pero de manera especialmente importante en el deporte de equipo, es esencial que todos sus miembros tengan en mente lo anterior, y si tras intentarlo repetidamente y de manera insatisfactoria con alguno de sus miembros, cabe plantearse que no es la mejor opción para el bien del equipo. Pero como nosotros estamos hablando positivamente en el aprendizaje de una serie de valores, trabajaremos con los menores de manera que todos sepan como desenvolverse responsablemente dentro de un grupo encaminado a un fin.

Las responsabilidades grupales pasan por asumir las responsabilidades personales, las cuales pueden ser muy diferentes dentro de un mismo grupo. Un portero en un equipo de fútbol no es responsable de que el equipo no haya marcado un gol, pero sí de encajarlo. Sin embargo, no quiere decir que no tenga por qué estar comprometido con la causa de marcar el gol. Aunque no esté en sus botas el hacer que el delantero marque, sí puede estar el hecho de que éste se encuentre bien dentro del grupo, con una autoestima y confianza que lo encamine de mejor manera a enfrentarse a la portería rival. Existen muchas maneras de apreciar la cooperación entre los miembros de un equipo deportivo: compartir el trabajo con los demás, enseñar a los demás lo que uno sabe hacer mejor, aprender de otros, saber hacer propios los logros y fracasos del grupo, aprender a tomar decisiones en cualquier situación, etc.

Del último aspecto queremos hablar también un poco más de manera más concreta, la toma de decisiones. Todos los miembros del grupo tienen que tomar decisiones y hacerlo siempre de manera que supongan lo mejor para el mismo, desde decidir a quién pasar un balón, a dar indicaciones a otros en un momento dado o un entrenador por ejemplo decidir quién juega y quién no. Responsabilidad ésta, la del entrenador que parece ser siempre la más visible sobre todo cuando las cosas no se dan como cabría hacerlo. Como hemos mencionado ya en algún momento en este Trabajo, el entrenador en un grupo deportivo, es la máxima autoridad, al que se le debe respeto y obediencia y a la vez se le exige responsabilidad. Es por esto, que como podemos ver en equipos profesionales, la figura del entrenador es la más cuestionada en momentos críticos, y la más “fácil” de sustituir en el equipo. El liderazgo del

entrenador es incuestionable, sin embargo no es el único que toma decisiones importantes dentro de un grupo. Normalmente para las competiciones se delega cierto liderazgo en algunos jugadores concretos, que se denominan capitanes y pasan a tener un papel esencial en la toma de decisiones del equipo durante los partidos. No cualquier miembro del grupo es capaz de desarrollar éste papel de manera del todo satisfactoria y esto es más sencillo de ver cuando hablamos de grupos de menores, ya que más rápidamente se aprecia quiénes están capacitados para ello y quiénes no. Para asumir este rol, es importante que se esté del todo comprometido con los fines del grupo, que se posean unas capacidades comunicativas propicias o que se sepa cómo tratar a las personas tanto en los buenos como en los malos momentos. Debe saber qué decirle a cada miembro e incluso dar órdenes sin llegar a ser autoritario o irrespetuoso. No tiene que ser duro, pero tampoco demasiado “blando”, tiene que decir las cosas de manera que motive a sus compañeros, y es que aunque con algo más de responsabilidad, éste sigue siendo uno más dentro del equipo.

Cómo hemos podido apreciar, la responsabilidad y el compromiso grupal son términos que van muy unidos con el deporte, campo en el cual parece muy propicio a desarrollar y que queremos hacerlo en menores de la manera en que especificaremos a continuación.

#### **4.3.3.1. Actividades para el fomento de la responsabilidad y el trabajo en equipo**

**A) “Protege el huevo” y “Pasa la pelota”:** En primer lugar a la hora de fomentar el valor de responsabilidad en los menores nos parece necesario idear un juego en el que uno de los participantes tenga que hacer algo más o algo diferente que los demás, por lo que adquiera cierta responsabilidad. De esta manera el niño se dará cuenta de su posición distinta a la del resto de participantes y se podrá dar cuenta de que el encontrarse a diferente nivel requiere unas responsabilidades, que pueden ser mayores o menores, que los demás, que deberán llevar a cabo otras diferentes responsabilidades. Un primer ejemplo que se nos ocurre es que se formen dos equipos de unos seis o siete componentes de los cuales en uno de ellos, uno asume la responsabilidad

de tener que transportar un huevo en una cuchara sujetándola con la boca. El resto del equipo tiene que evitar que le impacten unas pelotas (que deberán ser de goma o algún material que no pueda hacer daño al que porta el huevo y además ir proyectadas desde el pecho hacia abajo siempre), con cualquier parte de su cuerpo, pelotas que los integrantes del otro equipo deberán lanzar.

Otro ejemplo puede ser que dos equipos de más o menos los mismos participantes se coloquen en fila al principio de un recorrido recto del cual deberemos determinar el fin, menos uno de ellos en cada equipo, que se pondrá de frente a éstos y llevará una pelota. Cuando el juego se dé por comenzado, andarán hasta la meta, mientras que el líder, que va de frente al resto pasa la pelota sin que se caiga, puesto que en ese caso se debe empezar de nuevo desde el principio, al que esté primero de la fila, que tras devolver la pelota al líder deberá ponerse al final. Una vez que todos han intercambiado la pelota con el líder, éste se pondrá en la fila con sus compañeros y pasará a asumir la responsabilidad el primero que estaba antes. Se procurará una distancia tal que propicie que todos los componentes asuman el rol de líder con mayor responsabilidad.

**B) “No te resbales” y “Guarda tu pañuelo”:** En cuanto a fomentar el compromiso con el grupo y el trabajo en equipo son numerosos los juegos, deportes o actividades que podemos encontrar, puesto que casi todos los que encontremos en los que participen más de una persona (sin enfrentarse entre sí en el caso de dos), se desarrollará de una forma o de otra el trabajo en equipo. En cualquiera de las actividades que hayamos descrito o que vayamos a describir se necesita de una adecuada colaboración colectiva a la hora de alcanzar los objetivos que en ellos se plantea como meta. En cualquier deporte de grupo el trabajo de equipo es algo esencial: fútbol, baloncesto, balonmano, volleyball, hockey, rugby, waterpolo, etc.

Un primer juego que se nos parece apropiado es el siguiente, se forman equipos de cinco participantes (tantos como deseemos), con un circuito recto como medio campo de fútbol sala de largo. En cada extremo del circuito hay para cada equipo un recipiente grande lleno de agua en un lado y vacío en el otro. El objetivo del juego es transportar tanta agua como se pueda del

recipiente lleno al vacío en cinco viajes, tantos como miembros del equipo, de manera que todos transporten agua en una ocasión. Pero la dificultad radica en que deben hacerlo con un vaso de plástico que deberá llevar un miembro cada vez y lo deberá hacer sin tocar el suelo, es decir, el resto del equipo se tiene que organizar para transportarlo evitando derramar la mayor cantidad de líquido posible.

Un segundo juego constaría de tan sólo dos equipos con el mismo número de participantes y con tantos como se quiera. Esta vez el terreno de juego puede ser medio campo o campo entero en función de la cantidad de participantes. Cada participante lleva un pañuelo en su bolsillo del pantalón trasero del color correspondiente al equipo y el objetivo es que lo mantenga y que ningún miembro del equipo contrario se lo quite. Gana el equipo que consigue arrebatarse el pañuelo al último participante del equipo contrario, puesto que los que no tienen deben retirarse del terreno. Los miembros de un mismo equipo se ven obligado a cooperar tanto en "ataque", pudiendo ir dos participantes a por uno sólo del otro equipo, como en "defensa", alertando a compañeros de equipo de las intenciones de rivales.

Se hace necesario que una persona adulta, trabajador social si fuera el caso, explique de los beneficios e intenciones de los juegos realizados para que, aparte de divertirse, comprendan e interioricen los valores que se les intenta transmitir. Los objetos necesarios van a ser pelotas, huevos, cucharas, agua, recipientes grandes de plástico, vasos de plástico y pañuelos de colores.

#### **4.3.4. Perseverancia y sacrificio personal como fuente de mejora, superación y autorrealización.**

Los últimos valores que queremos inculcar en los menores a través de este proyecto es el de perseverancia y sacrificio, los cuales creemos que están muy presentes en el deporte, por lo que nos parece efectivo intentar que los aprendan a través del mismo. Éstos además, consideramos que conducen a sensaciones y estados de mejora, superación y autorrealización del individuo, muy beneficiosos tanto físicamente, pero sobre todo psicológicamente.

Entendemos el concepto perseverancia, como la continuidad en la realización de cualquier cosa, hasta conseguir el objetivo o realizarla de mejor forma que se hacía en un principio. Una persona perseverante es aquella que no desiste en las cosas que ejecuta, hasta que llega a un punto en el que está contento con el trabajo conseguido. La perseverancia es un valor que debemos tener presente en nuestra vida diaria también, puesto que abandonar las cosas antes de la meta puede derivar en sentimientos de fracaso, de incapacidad, de frustración, de culpa, etc. Todos ellos sentimientos muy negativos que pueden conducir a problemas psicológicos que es mejor evitar. Sin embargo, ser perseverante y conseguir alcanzar los objetivos que nos proponemos nos llevará a sentir diferentes sentimientos que hemos nombrado antes como superación y autorrealización, que derivan en una buena concepción de uno mismo y de la estima personal.

Y debemos ser conscientes que para conseguir las cosas que nos proponemos, muchas veces hay que realizar ciertos sacrificios. Es decir, realizar cosas que no nos gustan demasiado, que suponen un esfuerzo físico o psicológico, dejar de hacer otras que sí que nos agradan, etc. Sacrificarse puede conllevar cambios en el estilo de vida de las personas como extremo máximo o simplemente realizar algunas cosas que no estamos acostumbrados a hacer o que suponen cierto esfuerzo personal. Pero si nos sacrificamos, es por una cuestión concreta, porque de ese sacrificio se va a suceder una consecuencia beneficiosa para uno mismo o para alguien. Como somos personas con capacidad para pensar, es inherente a cada uno valorar si las consecuencias positivas de llevar a cabo un sacrificio, lo son tanto o no como para realizar el mismo. Si merece la pena sacrificarse para el "premio" que se va a conseguir a causa de ese sacrificio.

Como vamos a tratar con menores, nos parece interesante hacer alusión a unas observaciones de Gutiérrez (1995) en las cuales explica como estos valores varían según el ciclo de los menores. Argumenta, que de manera general, puestos en una balanza el espíritu de sacrificio y la seguridad personal, para la infancia y juventud, el primero es el elegido en mayor medida, sin embargo, esto no es así a lo largo de la adolescencia, entre los



catorce y diecisiete años dice él, en la cual la elección de cualquiera de estos valores se encuentra muy próxima.

Como comentamos, perseverancia y sacrificio son dos valores muy presentes en el terreno deportivo. Deportistas que desde muy pequeños dedican su vida en cuerpo y alma a determinada disciplina son claros ejemplo de estos dos valores, perseveran hasta que consiguen cierto reconocimiento dentro de su actividad deportiva, pero a costa de un gran sacrificio personal y en ocasiones también familiar. Sacrificio personal, ya que puede que el querer alcanzar cierta excelencia le suponga tener que entrenar muchas horas a la semana, pudiendo restarlas de otras actividades propias de los menores como estudiar, relacionarse con sus amigos, etc. y familiar en cuanto a que alcanzar cierta profesionalidad en algunos deportes puede suponer un gran desembolso económico que muchas familias pueden no poder asumir fácilmente, o por ejemplo, tener que hacer desplazamientos geográficos muy extensos para participar en competiciones.

Sí que parece cierto pues que dichos valores están presentes en un nivel de deporte cuando se quiere alcanzar cierta profesionalidad, lo cual no quiere decir que tenga reconocimiento mediático, pues se sacrifican tanto futbolistas de primera división, como aquellos que juegan en tercera división, como aquella niña que hace gimnasia rítmica, el que hace esgrima, o juega al tenis en algún club deportivo. Es decir, perseverancia y sacrificio están presentes en todos los ámbitos de deporte organizado, y como hemos comentado, son dos valores muy importantes a desarrollar a lo largo de nuestras vidas, no sólo en lo deportivo, sino que también nos pueden ayudar en lo social, cultural, económico, laboral, relacional, etc. Es por todo esto que nos ha parecido fructífero incluir estos dos valores a potenciar entre todos los que hemos mencionado con anterioridad.

#### **4.3.4.1. Actividades para el fomento de los valores de sacrificio y perseverancia**

A la hora de inculcar en los más pequeños valores como perseverancia y sacrificio, parece más difícil, poder lograrlo con actividades físicas.

Consideramos que no son valores que se puedan interiorizar por el desarrollo de un ejercicio por lo que, aparte de la intervención del trabajador social a la hora de explicar de manera sencilla lo importante que es esforzarse por aquello que uno quiere hacer y cómo ello repercute positivamente sobre la persona, nos parece una manera divertida y lúdica de hacerlo a través de visionados de películas que reflejen estos valores. Además rompe con la “monotonía” de realizar siempre ejercicios físicos, que pueden agotar tanto física como mentalmente a los niños, y que les puede producir aburrimiento. Algunas de las películas que nos parecería interesante proyectarles son las siguientes:

**A) Gol (2005):** cuenta la historia de Santiago, un niño que vive en un barrio pobre de Los Ángeles, con unas cualidades técnicas futbolísticas envidiables. Juega en equipos de pequeñas ligas locales pero sueña con poderlo hacer en un club importante. Un día, un cazatalentos británico le ofrece ir a jugar al potente Newcastle inglés. Se le presenta entonces el dilema de “abandonar” a su familia o intentar progresar en la vida y perseguir su sueño, lo cual no podrá hacer si permanece ahí en Los Ángeles. Decide emprender el viaje y demostrar que tiene talento y puede triunfar. Con esta película se pretende demostrar que a veces para alcanzar sueños se deben hacer sacrificios, pero que nunca debemos dejar de perseguirlos.

**B) Quiero ser como Beckham (2002):** narra la historia de una joven de origen indio que vive a las afueras de Londres. Es la chica “estudiosa” de la familia y sus padres desean que sea abogada y consiga el bienestar social que ellos no pudieron. Pero su obsesión es otra, el fútbol. Juega partidos de fútbol sin importancia en el parque y un día la ve una chica que la invita a jugar en un equipo femenino, aceptando a pesar de que sabe que sus padres no lo aprobarían. Va cogiendo mayor importancia en el equipo hasta el punto de que sus padres tienen que aprobar dicha dedicación de su hija, por su felicidad. Muestra perfectamente que aunque nos encontremos con obstáculos en el camino y nos hagan tropezar, lo mejor es levantarse y seguir hasta llegar a la meta.

**C) Invencible (2006):** trata sobre un treintañero que trabaja a la vez como profesor y en un bar, muy aficionado al fútbol americano en general y a un equipo en particular. Se entera de que dicho equipo hace unas pruebas abiertas para encontrar nuevos talentos, así que no lo duda y va en busca de su sueño de toda la vida hasta que lo consigue. Una vez más, nos habla de que debemos perseguir nuestros sueños, y sólo creyendo verdaderamente en ellos, conseguiremos que se hagan realidad.

**D) Elegidos para el triunfo (1993):** cuatro amigos jamaicanos deciden emprender la difícil y “alocada” aventura de dedicarse profesionalmente al bobsleigh, disciplina deportiva propia de países fríos y con nieve, todo lo contrario de su país natal. Para ello cuentan con la ayuda de un excampeón estadounidense que les ayudará a llegar a los Juegos Olímpicos de invierno de Calgary, Canadá. Pretendemos que los niños vean que por muy difíciles que parezcan nuestros objetivos, no serán imposibles si nos dedicamos en cuerpo y alma a ello.

**E) Rudy, reto a la gloria (1993):** Rudy, es un joven cuyo sueño es ser admitido en el equipo de fútbol americano de la Universidad de Notre Dame, pero sus aptitudes físicas hacen que sea muy complicado que esto pueda suceder. Sin embargo, él se sobrepone a la poca confianza que mucha gente le proporciona y con mucho esfuerzo consigue su propósito y con éxito. De nuevo, los valores de esfuerzo y sacrificio aparecen en este largometraje.

Además, nos han parecido interesantes una serie de cuentos narrados por el psicólogo Charán Díaz los cuales podemos encontrar en el portal de videos Youtube, que enseñan valores a los que nos estamos dedicando tales como: la perseverancia, la motivación, la superación, la autoestima, responsabilidad, etc., contados de una manera que los menores captarán muy fácilmente.

El visionado de estas películas se debe seguir, como no podía ser de otra manera, de una charla-coloquio con los menores para que expongan sus impresiones de lo que la película pretende mostrarles y cómo ellos lo han percibido. Por supuesto, el trabajador social debe facilitar la información y hacérselo ver más fácilmente en el caso de que cueste que ellos lo expresen. Además, estas películas también reflejan otra serie de valores que hemos

tratado a lo largo del presente trabajo como la igualdad, el compañerismo, la cooperación y el trabajo en equipo, etc. Por tanto, para esta actividad consideramos necesario un reproductor multimedia y disponer de algunos de los títulos citados.

## 5. Conclusiones

Queremos enfocar este apartado final desde diferentes vertientes. En primer lugar, acercar al lector al proceso y todo lo que hemos vivido para llegar a convertir este documento en lo que ahora es, nuestras dificultades y los mayores retos a los que nos hemos enfrentado así como aquello que más nos ha gustado desarrollar. En segundo lugar queremos mostrar una síntesis final de todo lo que hemos conseguido extraer durante el proceso de redacción de este Proyecto, es decir, las propias conclusiones del mismo y por último, también plasmar nuestro modo de concebir a la disciplina y profesión del Trabajo Social una vez ya redactado el documento que consideramos tiene que ampliar su representación en los diferentes campos de la sociedad.

Decir por tanto, que la redacción de este Proyecto no nos ha resultado nada fácil en ninguno de sus momentos. Este Trabajo que nace y es fruto de nuestras experiencias en la asignatura Prácticum de Intervención, como hemos comentado en infinidad de ocasiones a lo largo de la parte inicial del documento, sufrió varias modificaciones hasta que por fin pudimos encontrar la temática más correcta y adecuada, siempre guiados por el Prof. Luis Cantarero, pero ese camino tampoco fue fácil. En un principio, en nuestras mentes existían un montón de alternativas, teníamos claro que queríamos trabajar y ligar el Trabajo Social con el Deporte pero no estaba tan claro como lo queríamos enfocar. En la primera reunión con el Prof. Luis Cantarero a principios de año empezamos a despejar estas dudas y juntos fuimos conformando la base de este Proyecto que incluso en la última parte del cuatrimestre también sufrió alguna modificación con el fin de integrar la mayor cantidad de campos y aspectos posibles. Una vez diseñamos esta base, ambos estudiantes nos enfrentábamos a la inconveniencia de realizar el Proyecto

desde la distancia puesto que el curso anterior se nos había adjudicado una beca Erasmus para estudiar en Reino Unido durante el segundo cuatrimestre. Ciertamente esto es algo que no nos favorecía en absoluto, pero tratamos de adaptarnos lo mejor posible a la situación contando siempre con la ayuda del Prof. Luis Cantarero. A través del intercambio puntual de correos electrónicos, el trabajo desde Reino Unido y alguna visita que realizamos a España hemos tratado de sacar adelante este documento ajustándonos siempre a las pautas y exigencias que requería la redacción de este Proyecto.

A día de hoy, mientras redactamos este apartado, echamos la vista atrás y nos damos cuenta de lo mucho que hemos aprendido y lo que este Proyecto nos ha facilitado como estudiantes de Trabajo Social que no ha sido otra que ampliar nuestra perspectiva respecto a esta disciplina y profesión que tanto nos gusta, invitándonos a creer en ella y en su fuerza para cambiar la sociedad desde infinidad de ámbitos, entre los que destacamos, como no, el deporte. Pero de Trabajo Social y perspectivas hablaremos más adelante, puesto que ahora lo que nos interesa es plasmar aquellas conclusiones que se pueden extraer de la redacción de este documento.

El Trabajo Social es una profesión con un largo recorrido y con unas bases establecidas, pero también dinámica y en continua evolución. Así como cambia y evoluciona la sociedad, lo hace esta disciplina. Como consecuencia de ello surge esta idea de considerar el deporte como una herramienta muy útil para desarrollar nuestra labor. Cada vez más el deporte tiene un peso importante en nuestras vidas por lo que creemos que es una oportunidad favorable su uso para alcanzar objetivos propios del Trabajo Social.

Como hemos querido reflejar, el deporte puede ayudar a la gente en diversos aspectos de su vida, aprendiendo a sobrellevar de mejor manera situaciones frustrantes que se les puedan presentar o a canalizar la agresividad, o por supuesto favoreciendo la capacidad para relacionarse y estrechar lazos personales. Creemos también que puede favorecer al aprendizaje de valores sociales que formen personas que propicien una sociedad más tolerante, igualitaria y justa. Como trabajadores sociales, éstos son adjetivos que perseguimos para este mundo, y estamos firmemente

convencidos de que a través del deporte podemos evitar personalidades discriminatorias en cualquiera de sus formas: racistas, sexistas, homófobas, etc.

Educar en valores sociales a menores es tarea de gran responsabilidad y posibilidades, puesto que se encuentran en un ciclo de la vida en el que son muy “permeables” a casi cualquier tipo de estímulos. Creemos en la verdadera eficacia de este Proyecto si tenemos en cuenta además que los objetivos últimos que perseguimos son a través de algo muy atractivo y que la mayoría de menores van a recibir de muy buena gana, como es la actividad deportiva. El Trabajo Social es una profesión que pretende “mover” a la sociedad, y eso es algo que hemos tenido muy en cuenta en todo momento a lo largo de la elaboración de este Trabajo.

Finalmente, vamos a focalizar nuestra atención en la última de las vertientes que teníamos previstas; esa que habla de nuestra percepción del Trabajo Social. Durante todo el documento hemos querido dejar claro que no estábamos de acuerdo con el modelo que en muchos lugares se imparte acerca de que el Trabajo Social tenga que ser algo puramente burocrático, de despacho, donde el profesional apenas tenga tiempo para conocer al usuario y todas sus funciones pasen por rellenar informes delante de un ordenador. Nosotros queremos que la gente conozca más a fondo esta bonita disciplina y profesión que es el Trabajo Social y tenemos interés en que la sociedad sepa qué es exactamente y a la vez enseñarles que puede ser trabajada desde muchos ámbitos siempre en aras de mejorar la calidad de vida de las personas, la solidaridad o la justicia. De entre todas las opciones válidas y las herramientas que existen para trabajar desde el Trabajo Social, nosotros nos quedamos con la población de menores y el poder del Deporte como herramienta fundamental. Creemos por tanto en un modelo que ligue Trabajo Social y Deporte, del cual a lo largo de todo el documento hemos querido probar que es posible, que no supone ninguna utopía y que todo lo que se propone en dicho documento es perfectamente aplicable. El trabajador social, que a pesar de resaltar su importancia no consideramos que lo más idóneo sea que trabaje individualmente, debe de apoyarse en su equipo multidisciplinar e

integrarse en él para llevar a cabo sus proyectos, y el deporte, pieza clave y muy importante en nuestra sociedad actual, ha de cumplir con su función de útil herramienta para continuar creyendo en que otro mundo y otra sociedad es posible.

Desde la base, que somos los estudiantes, hasta los más prestigiosos catedráticos del Trabajo Social, consideramos que es necesario aunar esfuerzos y colaborar por continuar creyendo en el poder de esta disciplina y profesión que tan necesaria es para la buena continuidad de esta sociedad.

## 6. Bibliografía

- Blasco, D. "Educación, género y deporte: jóvenes de etnia gitana y práctica físico-deportiva", en F. Xavier Medina y Ricardo Sánchez Martín (coords.) *Culturas deportivas y mercados globales y locales*, Revista de Dialectología y Tradiciones Populares, julio-diciembre, Volumen LXI, nº 2 Madrid, 2006
- Blasco, D. "Educación física, género y diversidad cultural en la enseñanza pública. El caso de Aragón", en Marta Casas, F. X. Medina, Mohamed Chaib y Maria-Àngels Roque (coords.), *Fills i filles de la immigració a les escoles catalanes*. Barcelona, 2006
- Cantarero, L. "El futbolista como construcción sociocultural", en Latiesa, M., Martos, P. y Paniza, J.L. (comp.), *Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI*. Investigación Social y Deporte nº 5. Madrid. Librerías Deportivas Esteban Sanz, vol. I, pp: 93-103, 2001
- Carrasco, D. *Psicología del Deporte*, Universidad Politécnica de Madrid, Madrid, 2012
- Consejo de Europa, Carta Europea del Deporte, 2012  
Referencia: [http://www.euroreddeporte.net/gestor/documentos/Carta\\_Europea\\_del\\_deporte.pdf](http://www.euroreddeporte.net/gestor/documentos/Carta_Europea_del_deporte.pdf)  
Fecha de acceso: 5 de Mayo de 2012
- Consejo Europeo, Tratado de Niza, 2000
- Decreto 190/2008, de 7 de octubre, del Gobierno de Aragón, por el que se aprueba el Reglamento de medidas de protección de menores en situación de riesgo o desamparo, BOE, Madrid, 2008



- De León, I. *La motivación en el deporte: claves para no abandonar*, Evidasana, España, 2010. Referencia:

<http://evidasana.com/blog/la-motivacion-en-el-deporte-claves-para-no-abandonar/>

Fecha de acceso: 29 de Mayo de 2012

- De Moragas, M. *Deporte y medios de comunicación: sinergias crecientes*, Campus Red, España, 2012. Referencia:

[http://www.campusred.net/telos/anteriores/num\\_038/cuaderno\\_central7.html](http://www.campusred.net/telos/anteriores/num_038/cuaderno_central7.html)

Fecha de acceso: 20 de Mayo de 2012

- Díaz Rodríguez, J. *Entrenar la autoestima. Actividad primordial en los entrenadores de deporte base*, PF Hilario, España, 2012, pp.1-2. Referencia:

[http://www.preparadorfisicohilario.com/archivos/documentos\\_contenidos/3212\\_8.ENTRENAR.pdf](http://www.preparadorfisicohilario.com/archivos/documentos_contenidos/3212_8.ENTRENAR.pdf)

- Dosil, J. *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, McGraw-Hill, Madrid, 2004

- Durán González, J. *El vandalismo en el fútbol: Una reflexión sobre la violencia en la sociedad moderna*, Gymnos Editorial, Madrid, 1996

- Escuela Kickinter, *Análisis del juego del Kickingball*, EK, Venezuela, 2012. Referencia:

<http://kickingball.webcindario.com/analisis.html#objetivos>

Fecha de acceso: 28 de Mayo de 2012

- Federación Internacional de Trabajadores Sociales, *Definición de Trabajo Social*, SocialWork, España, 2000. Referencia:

<http://socialwork.zoomblog.com/archivo/2006/07/08/definicion-del-Trabajo-Social-segun-la.html>

Fecha de acceso: 9 de Mayo de 2012

- Fundación CopyLeft, *Fundaciones y asociaciones*, Fundación Copyleft, España, 2012. Referencia:

<http://fundacioncopyleft.org/es/42/como-se-constituye-una-fundacion-o-una-asociacion.html>

Fecha de acceso: 9 de Mayo de 2012

- Fundación Gestión y Participación Social, *Asociaciones*, Fundación GPS, España, 2012. Referencia:

[http://www.asociaciones.org/index.php?option=com\\_content&task=view&id=24&Itemid=41#QueEsUnaAsociacion](http://www.asociaciones.org/index.php?option=com_content&task=view&id=24&Itemid=41#QueEsUnaAsociacion)

Fecha de acceso: 7 de Mayo de 2012

- Fundación Real Zaragoza, *Estatutos*, Zaragoza, 2007

- Fundación Real Zaragoza, España, 2012. Referencia:

<http://www.realzaragoza.com/fundacion>

Fecha de acceso: 8 de Mayo de 2012

- García-Mas, A. y Rivas, C. *Veinte maneras de motivar a un equipo*, Cuadernos de Psicología del Deporte, Vol. 1, 1, 2001

- García-Mas, A. y Vicens, P. *La psicología del equipo deportivo: Cooperación y rendimiento*, Universitat de les Illes Balears, España, 2003

- González, D. *Psicología de la motivación*, Editorial Ciencias Médicas, España, 2008, pp.10-45. Referencia:

<http://newpsi.bvs-psi.org.br/ulapsi/LibrocompletoPsicologia.pdf>

Fecha de acceso: 20 de Mayo de 2012

- Guía Infantil, *La atención y concentración de los niños*, Guía Infantil, España, 2012. Referencia:

<http://www.guiainfantil.com/1205/la-atencion-y-la-concentracion-de-los-ninos.html>

Fecha de acceso: 18 de Mayo de 2012

- Gutiérrez Sanmartín, M. *Valores sociales y deporte; La Actividad Física y el Deporte como transmisores de valores sociales y personales*, Gymnos Editorial, Madrid, 1995

- Gutiérrez Sanmartín, M. *Manual sobre valores en la educación física y el deporte*, Paidós, Barcelona, 2003

- Medicine and Health, *Fútbol y Sociabilidad*, M&H, España, 2010. Referencia:

<http://es.shvoong.com/medicine-and-health/epidemiology-public-health/1993885-jugar-al-futbol-favorece-la/>

Fecha de acceso: 30 de Mayo de 2012

- Mejía, E. *El juego cooperativo*, Universidad de Antioquía, Colombia, 2006, pp. 29-45.

Referencia:

[http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/07\\_el\\_juego\\_cooperativo.pdf](http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/07_el_juego_cooperativo.pdf)

Fecha de acceso: 5 de Mayo de 2012

- Milton, M. *¿Cómo motivar a nuestros niños para que practiquen ejercicio y deportes?*, Estudiadebetes, Uruguay, 2009. Referencia:

<http://www.estudiabetes.org/group/uruguayoscondiabetes/forum/topics/como-motivar-a-nuestros-ninos>

Fecha de acceso: 21 de Mayo de 2012

- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, *Fundaciones*, MECD, España, 2012. Referencia:

<http://www.educacion.gob.es/horizontales/fundaciones.html>

Fecha de acceso: 6 de Mayo de 2012

- Montero Gómez, A. *Educación al alumnado en el respeto hacia sus compañeros a través del deporte: un deber moral y legal del docente de Educación Física* Revista Digital Buenos Aires, 13, 125, 2008

Referencia: <http://www.efdeportes.com/efd125/educar-al-alumnado-en-el-respeto-hacia-sus-companeros-a-traves-del-deporte.htm>

Fecha de acceso: 1 de Junio de 2012

- Morales, M. *Reflexión acerca de la violencia en el lenguaje deportivo*, España, 2009. Referencia:

<http://www.mariomorales.info/?q=node/2108>

Fecha de acceso: 22 de Mayo de 2012

- Morilla, M. *Entrenamiento de la atención y la concentración. Una propuesta para el fútbol*, EF Deportes, España, 2002

- Oribe Pesce, M<sup>a</sup> L., Reseña de "Deporte en lo barrios: ¿Integración o control social?" de Balibrea Melero, K. y Santos Ortega, A. (2011), Valencia: Editorial Universidad Politècnica de Valencia, en Boletín Informativo de la AEISAD, Vol. X – N<sup>o</sup> 49 – Febrero 2012 – Murcia, 2012

- Os Zagales, *Información sobre la entidad*, OZ, Zaragoza, 2012. Referencia:

[http://www.oszagales.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=65&Itemid=66](http://www.oszagales.com/index.php?option=com_content&view=article&id=65&Itemid=66)

Fecha de acceso: 4 de Mayo de 2012

- Pujadas i Martí, X., *Culturas deportivas y valores sociales*, Librerías Deportivas Esteban Sanz S.L., Madrid, 2006

- Soulary, L. *Actividades para canalizar las manifestaciones de agresividad*, EF Deportes, Cuba, 2011.

Referencia: <http://www.efdeportes.com/efd157/actividades-para-canalizar-las-manifestaciones-de-agresividad.htm>

Fecha de acceso: 28 de Mayo de 2012

- Sánchez Martín, R., "Políticas ciudadanas: inmigración y cultura. El caso del deporte en la ciudad de Barcelona" en *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, vol. LXV, n.o 2, pp. 337-358, julio-diciembre 2010

- Sports & Health, *El juego del Stickball*, S&H, Panamá, 2009. Referencia: [http://www.sportsandhealth.com.pa/index.php?option=com\\_content&view=article&id=54:llego-el-stickball-a-panama&catid=20:deportes&Itemid=67](http://www.sportsandhealth.com.pa/index.php?option=com_content&view=article&id=54:llego-el-stickball-a-panama&catid=20:deportes&Itemid=67)

Fecha de acceso: 27 de Mayo de 2012

- Streetfootball, *Información sobre la entidad*, Streetfootball, Europa, 2012.

Referencia: <http://www.streetfootballworld.org/aboutus>

Fecha de acceso: 15 de Mayo de 2012

- Universidad País Vasco, *La atención en el deporte*, UPV, España, 2012

Referencia:

<http://ocw.ehu.es/ciencias-sociales-y-juridicas/psicologia-del-deporte/contenidos/la-atencion-en-el-deporte>

Fecha de acceso: 24 de Mayo de 2012

## Anexos

### 1. Reseña en El periódico de Aragón 24/06/2012

#### ► Programa Erasmus

El Trabajo Social frente a la extrema derecha, a debate

Seis estudiantes del grado de Trabajo Social de la Universidad de Zaragoza, acompañados por dos profesoras, expusieron ayer en el centro sus conclusiones del Programa Intensivo Erasmus sobre el tema *La profesión de trabajo social frente a la extrema derecha en Europa*, que se ha realizado en Nuremberg y en el que participaron profesores y estudiantes de siete países europeos.

## 2. Cartel del IV Mundialito Anti-racista de Zaragoza



# 4º MUNDIALITO ANTI-RACISTA DE FÚTBOL Y BASKET

**SÁBADO 19 MAYO 9:00h LA GRANJA**

Apuntate en:  
**C.S.Ocupado Kike Mur (Plz. de la Memoria)Via lactea(c/Doctor Palomar25)  
 Urban Hell(c/Don Teobaldo 10-12)Kopyfax(c/Corona de Aragón53)  
 o en el email [mundialitoantiracistazaragoza@gmail.com](mailto:mundialitoantiracistazaragoza@gmail.com)**

Logos of participating organizations and sponsors:

- a flama
- Asociación Vecinal de la Modelera 'Calle y Libertad'
- birosta
- Urban Hell
- KOPYF@X Servicios gráficos Corona de Aragón 53
- BAR POPEYE
- LA PANTERA ROSA
- SIMBIOSIS STREETWEAR UNDERGROUND CULTURE
- germinal

**TAMBIÉN: PARTIDO DE BALONMANO, CONCURSO DE TRIPLES TORNEO PING PONG, EXHIBICIÓN BIKEPOLO MÚSICA Y COMIDA POPULAR(4 EUROS)  
 INFÓRMATE EN <http://mundialitozgz.noblezabaturra.org/>**